
بنت النيل
فبراير ١٩٥١

أهدافنا ووسائلنا

ان هدف المرأة المصرية اليوم هو الحصول على حقوقها السياسية بعد أن تم لها الفوز خلال سنوات كفاحها الطويلة بنيل بعض الحقوق الادبية والحرية اللازمة لتكفل لها مساواتها بالرجل ..

ولا تطلب المرأة المصرية بدعا ولا محالا ، ولا تسبق الزمن أو تشذ عن الاوضاع .. ان زميلاتها في العالم المتمدين قد ظفرن بهذه الحقوق منذ زمن طويل ومارسنها وأمكنهن أن يساهمن فى توجيه شعوبهن وحكوماتهن الى ما فيه الخير ..

وليس هناك مجال لمن يعادون نشاط المرأة ويعرقلون تقدمها لكى يتحدثوا عن مواهبها وكفايتها فقد أثبتت المرأة فى الحيز الضيق الذى أتيح لنشاطها وكفايتها أن يظهرا فيه أنها لا تفترق عن الرجل قدرة وكفاية ، ولا أقول تزيد فى بعض الاحيان ..

واذن فنحن نهدف الى مطالب معقولة ونرمى الى مطالب عادلة يؤيدنا فى المطالبة بها المنطق وتسندنا طبيعة الدنيا فى التطور والوصول الى الكمال ..

ولكن ربما سألنا سائل ، وما هى وسائل المرأة للوصول الى هذه الاهداف ؟

وانى أجيب على هذا السؤال ، ان وسائلنا هى وسائل كل مطالب بحق ، التهيؤ بالقوة والاستمرار فى الكفاح ..

أما القوة فنستمدها من أنفسنا ، وقوة كل انسان هى علمه واستعداده وصلاحيته لممارسة حقوقه ..

والمرأة الصالحة للتمتع بالحقوق السياسية هي المرأة المتعلمة التى تدرك ما حولها وتعرف الخير من الشر ..

ولذلك فكرت أنا وزميلاتى فى اتحاد بنت النيل أن نخطو خطوة عملية في اعداد المرأة المصرية لهذا المستقبل القريب فبدأنا مشروعنا لتعليم المرأة ومكافحة الامية بين النساء وأنشأنا أول مدرسة لنا فى بولاق كتجربة أولى وقد نجحت ولله الحمد هذه التجربة .. ثم أتبعنا هذه الخطوة بتعميم هذا النوع من المدارس الذى يقوم بتثقيف أمهات اليوم ممن فاتهن سن التعليم ، وممن سيقدر لهن أن يمارسن الحقوق السياسية حين نفوز بها عن قريب باذن الله ..

لقد بلغ عدد هذه المدارس الان اثنتى عشرة مدرسة وهى تقوم بتعليم النساء القراءة والكتابة ومبادىء الثقافة العامة والصحة وتربية الطفل والتربية الوطنية ، ولقد لاحظت مع الرضا والاغتباط اقبال شتى الطبقات من النساء على تلك المدارس مما يطمئن على المستقبل القريب الذى نصبو اليه وهو تثقيف الامهات ومحو الامية بين طبقاتهن المختلفة ..

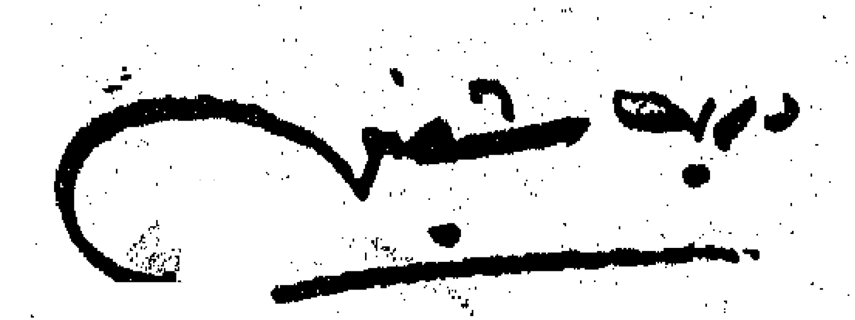
تلك هي وسائلنا لنيل أهدافنا ونحن نسعى الى تحقيقها ، ليست كل وسائلنا وانما هى ناحية منها ..

أما بقية وسائلنا فهى الكفاح بكل الوسائل المشروعة والسعى بهمة لا تعرف الكلال لانتزاع حقوقنا السياسية ممن يضنون بها علينا ..

وانى لكبيرة الامل فى أننا سنصل يوما الى اقناع الرجال بأن المرأة عنصر ضرورى لتدعيم النظام الدستورى وهى النصف المكمل للرجل فى خطواته نحو تشريع القوانين العادلة اللازمة لصيانة المجتمع وحمايته ..

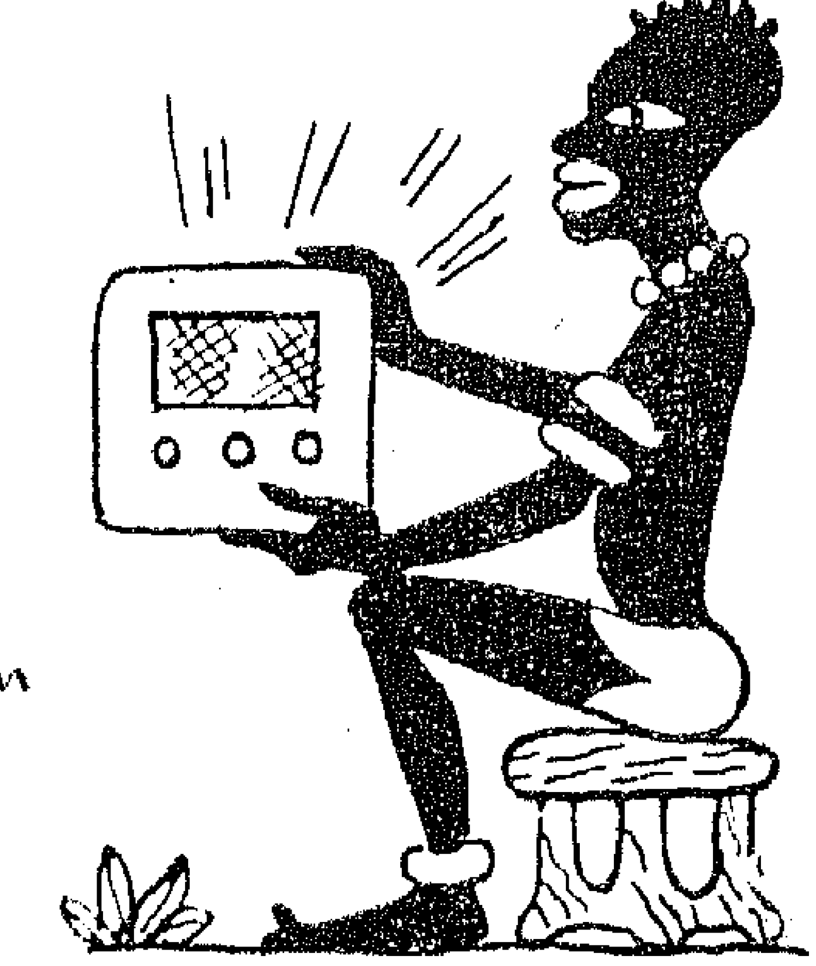
وسنصل قريبا باذن الله الى اقناعهم بأن البرلمان الذى سيسن القوانين اللازمة لحماية الام والطفل وتحديد الطلاق ومنع تعدد الزوجات هو البرلمان الذى تكون المرأة عضوا عاملا فيه .. انها وحدها قادرة على أن تكشف القناع عن كثير من التقاليد البالية التى لا تتمشى مع أحكام الشرع وروحه وان ظهر للمخدوعين أنها قد لاتناقض نصوصه ..

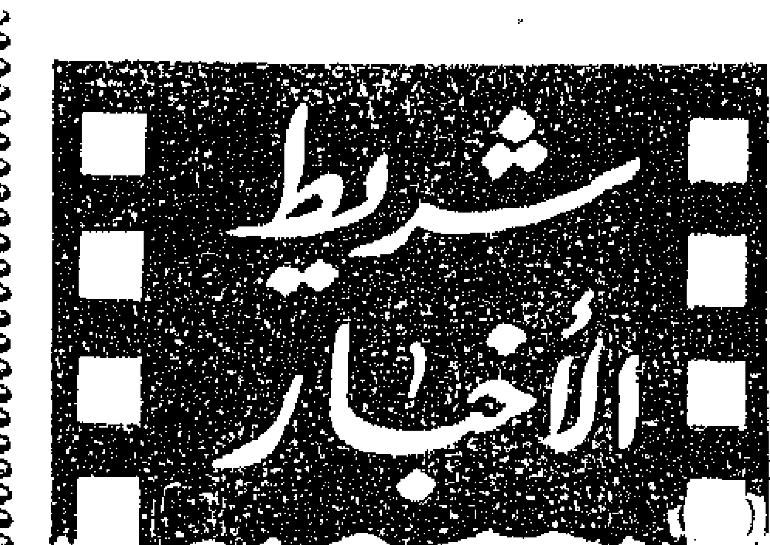
أجل سوف نصل يوما باذن الله ما دامت تلك هى وسائلنا وهذه هى أهدافنا ..



العدد ٦٣ – فبراير ١٩٥١
الثمن ٥ قروش

أخبار من كل مكان



• صرحت مسز سمرسكيل وزيرة التأمين البريطانى التى زارت مصر أخيرا بأن النساء سيشتركن اشتراكا فعليا فى بناء عالم الغد ولذلك فهى تتنبأ له بالسعادة والسلام .

• يفكر الاستاذ سليمان بك نجيب فى هذه الايام تفكيرا جديا ويقول ان رجلا بلا زواج محكمة خالية من القاضى

• افتتحت صاحبة العصمة لطفيه العبد قائمة صندوق اتحاد بنت النيل بمبلغ ٣٠٠ جنيه وستمرر القائمة على بقية العضوات

• أبدى رفعة على ماهر باشا استعداده لتوظيف خريجات الحقوق بمكاتب الاحداث التابعة لمعاهد الخدمة الاجتماعية

• قالت حرم معالى صلاح الدين بك لمندوبى الصحف أخيرا انها أصبحت تؤمن بضرورة اعطاء المرأة المتعلمة الحقوق السياسية وذلك بعد رحلتها الى أمريكا وانجلترا .

• أكدت حرم لياقت على خان رئيس وزراء الباكستان بأن الجيش النسائى الباكستانى أصبح الان على استعداد لدفع غائلة العدوان عن البلاد متعاونا مع جيش الرجال .

نشرة الخدمة الاجتماعية

يستعد الان معهد الخدمة الاجتماعية للبنات لاصدار نشرة بنشاطه الاجتماعى والمعروف ان السيدة احسان القوصى عميدة المعهد تشرف بنفسها على هذه النشرة التى ستكون مجالا للبحوث الاجتماعية التى تقوم بها خريجات وطالبات المعهد .

حركة الطواف حول العالم

تقوم الان حركة الطواف حول العالم التابعة لقسم الخدمة الاجتماعية لبنت النيل بترتيب الاستعدادات اللازمة للقيام برحلة كبيرة والمعروف ان الهيئة توصلت حتى الان الى الاتفاق مع كثير من شركات الطيران والسياحة لتسهيل وسائل الانتقال للرحالة كما أنها تعمل الان على دراسة مشروع انشاء فنادق للشباب فى العواصم المصرية وخاصة فى المناطق الاثرية تستضيف الشاب فى مقابل أجر لا يذكر .

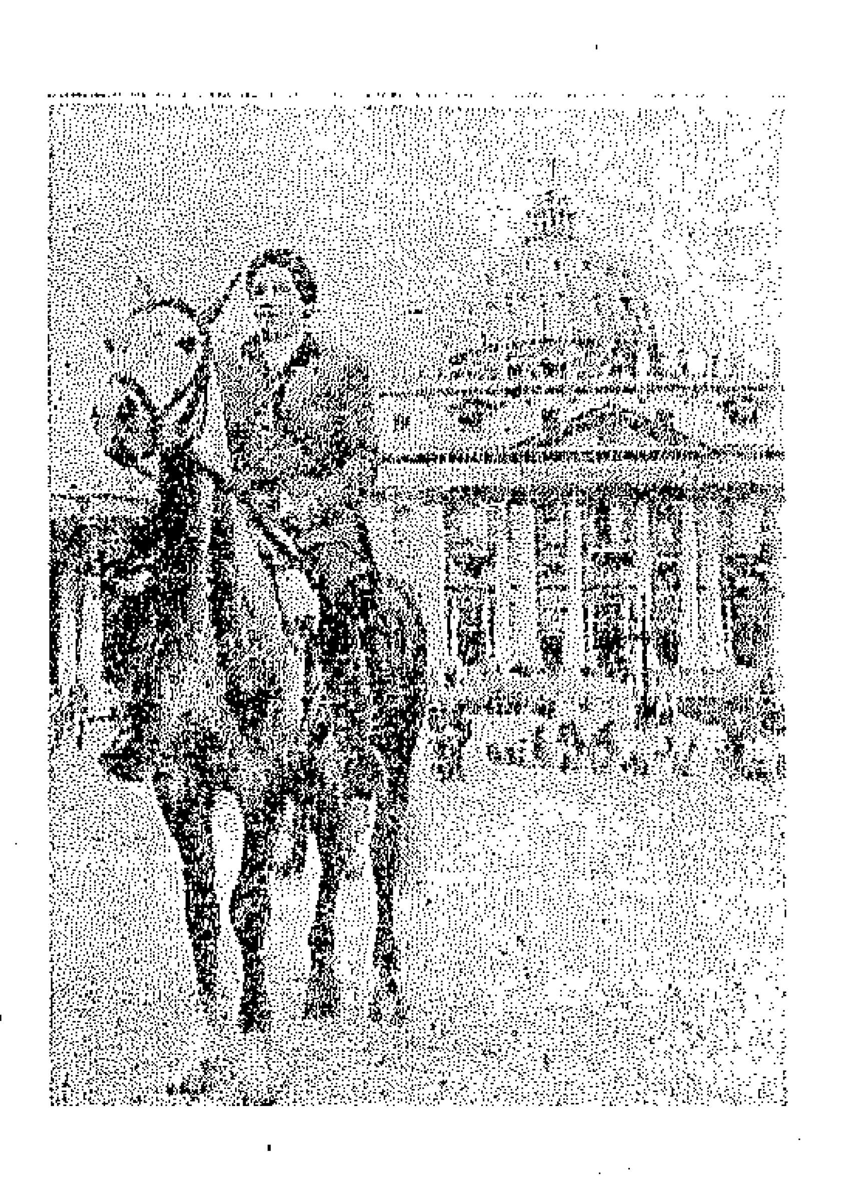
فنانات بنت النيل

تستعد الان لجنة فنانات اتحاد بنت النيل لاقامة معرض كبير لرسوماتهن التى يشرحن فيها قضية المرأة وصراعها من أجل حياة حرة سعيدة للمجتمع كله .

والمعروف ان الفنانة جاذبية سرى وهى أحد أركان هذه اللجنة الرئيسية كانت أول من تناولت هذ القضية بريشتها منذ أكثر من عامين وهى الان فى سبيل اعداد لوحات أخرى يقول كل من شاهدها انها تتميز بالوضوح والتحرر ...

الحرب أيضا !

انها دمعة الفرح التى تذرفها هذه السيدة الفرنسية يوم أن ذهبت تستقبل ابنها الجريح بعد قضائه عدة شهور فى غابات وأحراش الهند الصينية . انها تقبله راجية الله أن يبقيه لها فقد شهدت أكثر من حرب وتحطمت أعصابها أكثر من مرة وهى تود الان أن تستقر وابنها فى حياة هانئة لا يعكر صفوها دوى المدافع وأزيز الطائرات ...



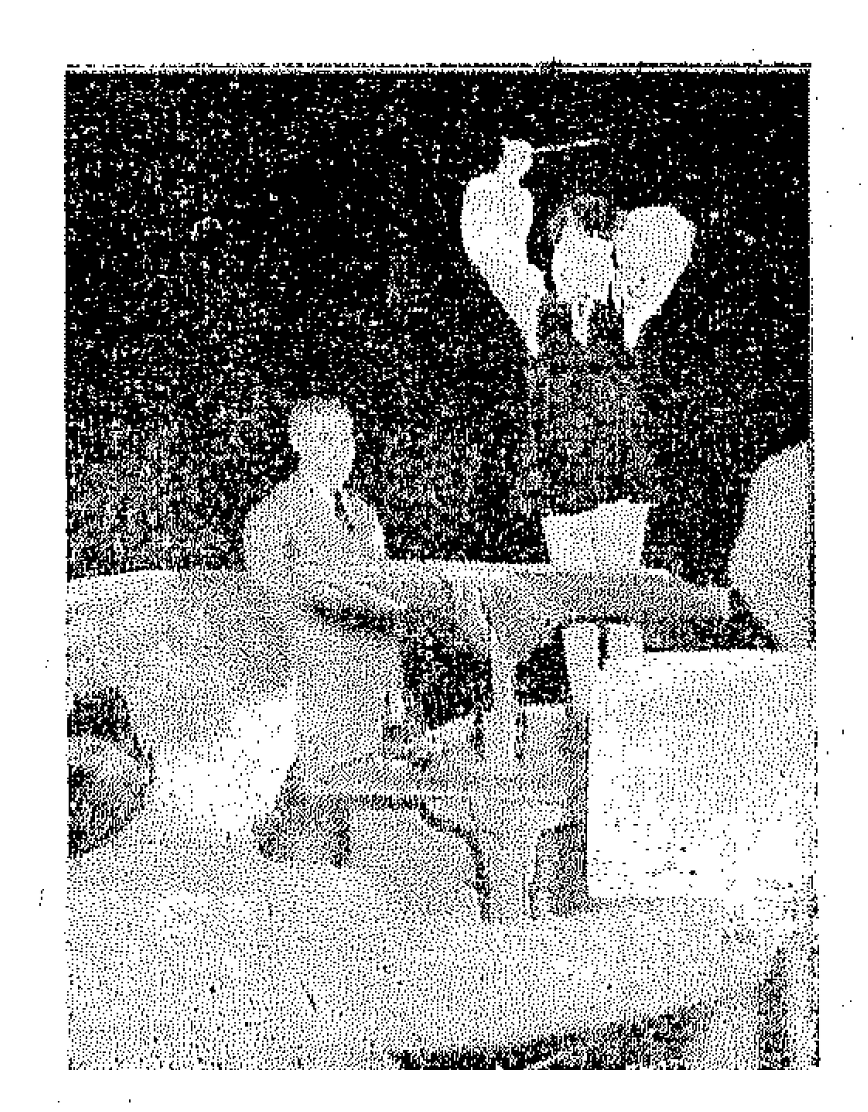

على حصان !

لقد استطاعت الكونتيس الالمانية فون هيمان أن تسافر على ظهر هذا الجواد الرمادى من ميونيخ فى ألمانيا الى روما عاصمة ايطاليا . لقد كان الطريق جميلا وطويلا

وتمكنت الكونتيس الالمانية أن تقطعه دون أن تبدو عليها علامات التعب تشهد على ذلك الصورة التى أخذت لها عقب وصولها الى روما .

عبقرية فذة

أصبحت جيانللا ماركو رئيسة فرقة موسيقية وهى لم تتجاوز بعد السادسة من عمرها . وقد قامت بقيادة فرقتها فى أمريكا الجنوبية ومنحت جزاء فنها وعبقريتها عددا كبيرا من النياشين الذهبية « ولو انها كانت تفضل عليها كيلو أو أكثر من الشيكولاته اللذيذة » .



المرأة فيتامين الشخصية

للدكتور شكرى المراغى

ظفر المجتمع المصرى فى السنوات الاخيرة باهتمام عام اتجه القائمون به صوب المطالبة بمنح المرأة حقوقها السياسية، واثارة الاهتمامات هى لون من ألوان وعى العصر الحاضر لان روحه أداة وايحاء ودفع وتقدم .

والمتتبع لتطورات الحركة النسائية فى مصر يلمس انها حركة مصاحبة نهضة الامة جنبا الى جنب . ففى فجر النهضة الوطنية « ثورة عام ١٩١٩ » خرجت المرأة لاول مرة الى الطرقات غير عابئة بحجاب أو مستنكرة لسفور لانها رأت ان الجهاد يدعوها وان الاستشهاد ضريبة على كل مواطن ومواطنة ، وكانت أحاسيسها هى التى تدفعها وايمانها هو الذى يحدوها . وكانت فى هذه الوثبة أشبه بالشعلة التى أضاءت الطرق وألهبت الحماس فى معسكرات المجاهدين المخلصين .

وظفرت الامة بالحياة النيابية وحسب المترددون ان المرأة سوف تتخلف عن الركب وان اشتراكها لم يكن الا عارضا من أعراض الوطنية المتأججة . ولكن المرأة المصرية أخلفت ظنون الواهمين وسرعان ما اشتركت فى الدعاية الانتخابية . ومرت بالحياة البرلمانية عهود عسر . وانتابتها أزمات شداد تعطلت فيها . وكان الدستور فى مهب الاعاصير والتيارات ولكن المرأة كانت فى هذه المحن جميعها هى المجاهدة تتقدم الجماعات وتعقد الاجتماعات . ويدوى صوتها مطالبا باعادة الحياة النيابية وصيانة الدستور . وكانت لها مواقف بطولة أثر اشتباكات متتابعات مع حفظة الامن .

وتقدم الوعى النيابى . وتقدم معه الوعى العصرى الارتقائى . وتعددت الصحافة فكان للمرأة نصيبها ومنابرها حتى الحزبية لم تتركها بل دبت فى صفوف المرأة فأوجدت فى بيئتها أكثر من حزب .

وما كادت تنعم البلاد بالتعليم الجامعى حتى كان للفتاة نصيبها المذكور . وكانت لها خطاها الموفقة . وكان لها فوق هذا وذاك التفوق فى النتائج العامة . حتى البحوث التى قامت بها الفتيات كانت مطبوعة بالعمق والدسامة العلمية . وأصبحنا نجدها تتقدم الصفوف فى الوظائف العامة . وهذه تجربة ولا شك تضعها أمام امتحان عسير . ولكنها أجابت فى صمت ان مزاولتها للعمل . وقيامها بأعباء الوظائف العامة لا يمنعها من ان تكون زوجة . وان تؤدى ما على الزوجية من واجبات والتزامات .

وساقت اليها الاقدار تجربة جديدة هى الخروج بها من معاقلها الى منابر المؤتمرات الدولية فأثبتت من جدارتها وكفايتها . وكانت محل ثناء واطراء .

ولم يقف التطور بها عند حد المناداة بالحقوق أو الكتابة عنها بل تجاوزه الى انحراف عملى أوحت به روح العصر الا وهو قيامها بنهضة اجتماعية شاملة جندت فيها القوى لتأسيس وانشاء الجمعيات والمؤسسات الخيرية لخدمة : البائس . والمحروم . والمريض . والمتشرد . والطفل اليتيم . والمولود الذى تنكرت له الاقدار وكانت فى جولتها الاجتماعية المجاهدة العريقة، والملاك الرحيم . والام الرءوم والمرشدة المخلصة . وأحس المجتمع بتلألؤ فيه بفضل هؤلاء المجاهدات . وأخذ المصلحون يتطلعون الى حقول العمل وميادينها التى تعمل فيها المرأة فوجدوها أخصب الحقول وأكثرها انتاجا . حتى ان الدولة ممثلة فى وزارة الشئون الاجتماعية قد أنصفت عملهن فنفضت يدها وهى مطمئنة من ادارة بعض المؤسسات التابعة لها وسلمتها اليها لتديرها كرائدة . وتشرف عليها كقائدة والسجلات تشير الى ما لاقى عملها من نجاح . ويبشر بالاشراق المتتابع .

وأحست بوحى نهضتها ان أختها الريفية تعانى أمية وان بناتها يشكون الجهل فها هى « بنت النيل » تجند كتائب فتياتها ليعملن فى مدارس المكافحة فى مدينة القاهرة كخطوة أولى للزحف وانى موقن ان السير نحو تحقيق الهدف هو بعينه النجاح لانه سير والسير عدو التوقف . لان الوقوف مآله الركود . والجمود وهما عدوان لدودان لكل نهضة .

ولا غضاضة اذا ما ذهبنا الى أبعد مدى فى تفاؤلنا فها هى «الهند» وهى الدولة الحديثة فى تكوينها قد جارت الدول العصرية المتقدمة فقدمت للعالم الجديد ممثلا فى هيئة الامم المتحدة أو فى هيئات التمثيل السياسى نساء هنديات مديرات نلن الاعجاب العام . واستحوذن على تقدير الجميع . وكن بحق مثليات فى الكفايات .

واننى لتحضرنى الذاكرة اننى يوم ان نزلت غريبا بجزيرة «بورتوريكو» احدى جزر الهند الغربية بالبحر الكاريبى حسبت اننى مواجه مجتمعا متخلفا . ولكننى وجدت ان المرأة البورتوريكية التى تعمل فى الحقل والمنزل والمصنع والديوان الحكومى قد بددت هذا الوهم الخاطىء كما ان استمتاعها بحقوقها السياسية كناخبة لمندوب الجزيرة فى « الكونجرس الامريكى » . وكناخبة أيضا لحاكم الجزيرة العام قد بدت فى المجتمع ولها شخصيتها المعنوية مما جعلنى أؤمن فوق ايمانى ان المرأة يوم ان تعطى لها الفرص، وتهيأ لها المناسبات وتلقى بدلوها فى الميدان تكون ولا شك أداة نافعة . أداة ذات ايجابيات . أداة تمحو ماتردده بعض الالسنة من خمول نصف المجتمع .

ان الحياة الجديدة بل الحياة العصرية أى الحياة الواقعية تؤكد سلامة الاتجاه صوب ضرورة منح المرأة حقوقها السياسية فلا تكون فى معزل كالمتفرجة بل يجب ان تشترك فى المسئولية . وتساهم فى كل صراع فتكسب من التجارب . وتنال قسطها من الصقل . وتأخذ بيد أختها الناشئة . وتتذوق الكفاح . وتعد العدة للصعاب فتخلع على نفسها شخصية جديدة تلمع فى جبين المجتمع الذى يسعد بها سعادة تتعادل مع سعادة الزوج بالزوجة ... والسلام .



عن المتاعب

اجتماع صحفى اذاعى بدار بنت النيـــل ...

انهن كثيرات .. تصنع الواحدة منهـن المعجزات بقلمها وتفعل فى النفوس فعل السحر !! لقد سارت حواء فى بلاط صاحبة الجلالة الصحافة ! مهنة البحث عن المتاعب .. كما تقـول « فرجينيا كاولز » .. وفى عينيها ذلك القلم .. تنقب به عن المجد المنشـود !..

وظن الرجال أن حـواء سيدركها الملل .. فى أول الطريق ـ وانها ستكتفى من الغنيمة بالاياب .. فتكر راجعة الى خدرها .. تطوى الصدر على مرارة الهزيمة.. ولكن هذا الظن لم يتحقق !

ومن طلائع الرعيل الاول فى مصر **السيدة منيرة ثابت** .. أول مصرية حصلت على دبلومين فى القـانون .. وأصدرت صحيفة « الامل » باللغة العربية « ثم صحيفة بالفرنسية سنة ١٩٢٦ .. وكان سعد زغلول باشا من أكبر المشجعين لها ..

ولكن نـور ذلك « الامل » خبا فجأة ! وظلت منيـرة ثابت تعمل فى صمت ...

ويبدو أن لبلاط صاحبة الجلالة تأثيرا كبيرا على نساء مصر .. فان **الدكتور درية شفيق** طلقت الوظـائف الحكومية لتـؤسس دارا صحفية تحت اسم « بنت النيل » .. وتصدر عنهـا الان مجلات « بنت النيل » و « المرأة الجـديدة » و « الكتكوت » .. وتعتبـر الدكتورة درية شفيق رائدة فى ميدان الصحافة ولهـا مكانتها الصحفية فى مصر والخارج .

ومع الدكتورة صحفيات أخريات يعملن فى دار بنت النيل منهن الكاتبة المعروفة الاستاذة زينب لبيب والانسة روحيه القلينى الكاتبـة الاجتماعية ، والانسة عايده نصر الله سكرتيرة تحرير المرأة الجديدة التى تصدر بالفرنسية وتعتبر رسـول مصر الثقافى ، والانسة منى أرقش مندوبة بنت النيل فى أوساط السلك السياسى

ولمع نجم اخر فى سماء صاحبة الجلالة .. نجـم **السيدة فاطمة اليوسف ..** وقد شقت هذه السـيدة طريقها وسط الرجـال .. فكانت كمن يتسلق جبـلا عاليا منحدرا .. أو يسير فوق أشواك وابر ومسامير!

وأخذت مجلتها «روزاليوسف» تتبوأ مكانتها بين المجـلات الاسبوعية الثـابتة .. وفى دار الهلال صحفية مثقفة تثقيفا عاليا هى السـيدة **أمينه السعيد** .. وهى أول فتاة جامعيـة متحررة .. حصلت على الليسـانس من قسم الادب الانجليزى بكلية الاداب .. وانخـرطت فى السلك الصحفى .. وهى جريئة فى كل ما تكتب .. وتؤكد أن الزواج لا يمنـع المرأة من الاشتغال بالصحافة

وبدار الهلال أيضا صحفيات أخريات وهن **منيرة حسـن فؤاد** خريجة القسم الفرنسى بكلية الاداب ومعهد الصحافة .. **ونعمات رشدى ..** وهى خريجة القسم الفرنسى بكلية الاداب ومعهد الصحافة .. **وأنجى رشدى** حاصلة على ليسانس الحقوق وتجيـد اللغات .

وسميحه حسـنين وهى الان بانجلتـرا .. تدرس الرسم الغربى الحديث .. ومن محررات الايمـاج









الانسة فاديه كرم ، والانسة ارياس والسيدة بــول هيرنورت ٠٠ وكلهن على ثقافة فرنسية عالية ٠

وفى الاهرام العتيدة تعمل **الدكتورة بنت الشاطىء « عائشه عبد الرحمن »** ٠٠ وللدكتورة قصة كفاح عنيف شريف ٠٠ اذ استطاعت أن تقفز الى الصفوف الاولى ٠٠ وأن تصبح صاحبة قلم رفيع ينم عن الاطلاع الغزير والمادة الدسمة ٠٠ ولقد استقالت بنت الشاطىء من وظيفة مفتشة بوزارة المعارف ٠٠ لتتفرغ للبحث والدرس والنقد ٠٠ وهى من تلاميذ طه حسين باشا ٠٠

وبالاهرام أيضا « جاكلين **خورى** » التى ولدت فى بيروت ٠٠ وعاشت فى مصر ٠ ٠وتألق نجمها وهى طالبة وتهتم بالاخبار السياسية ، وتعتقد أن دراسة الصحافة نظريا لا تكفى ٠٠ بل يجب أن يمارسها كل صحفى ممارسة عملية حتى يكتسب الخبرة والمران ٠٠

وقد برزت المرأة بين صفوف الرجال بالمصرى ٠٠ فالانسة « **اعتدال حموده** » تستطيع أن تنطلق بسيارتها الى الاوساط السياسية الدبلوماسية ٠٠ وتخرج وفى جعبتها أعجب الانباء المثيرة

وتساهم الانسة **أنجى أفلاطون** » فى تحرير باب المرأة بالمصرى ٠٠ ولها نشاطها الاجتماعى والادبى الكبير ٠

وبدار أخبار اليوم انستان هما : « ايزيس فهمى » و « **خيريه خيرى** » ٠٠

وايزيس محدثة بارعة قامت بتحقيقاتها الصحفية فى المجتمعات الاجنبية ٠٠ فأحدثت ضجة فى جميع الاوساط ٠٠ وهى كريمة الدكتور ابراهيم بك فهمى الكبير طبيب الخديو عباس حلمى الخاص ، وطبيب الملك فؤاد الاول ٠٠ وكانت تعمل ممرضة متطوعة بمستشفى أخيها الدكتور ابراهيم ٠٠

أما خيرية خيرى فقد بدأت حياتها الصحفية فى الجامعة الاميركية ٠٠ وكانت تدير مجلة القافلة لمدة أربع سنوات وقامت برحلات صحفية ٠٠

وليس بالبلاغ سوى حواء واحدة هى السيدة « **سميرة حمزه** » حرم الاستاذ عبد القادر عبد القادر حمزه ٠٠ كانت زميلته بالجامعة الامريكية ٠٠ وعملت بالجورنال ديجبت ٠٠ ثم بمكتب الانباء الحربى الامريكى فى قسم النشرة الفرنسية ٠٠ ولقد قامت أخيرا بأول رحلة صحفية مع وفد الصحافة المصرى الذى زار شمال افريقيا وفرنسا بدعوة من الحكومة الفرنسية ٠٠ وكانت المرأة الوحيدة فى هذا الوفد الرجالى !! وظفرت بنيشان باى تونس ٠٠ وعادت لتصبح أول سيدة مصرية تلقى محاضرة عن رحلتها فى نقابة الصحفيين ٠٠

وبالزمان انستان أيضا لهما نشاط واضح فى صفحات الزمان ٠٠ وهما **جميلة كامل وعصمت عبد الجواد** ٠٠ أما جميلة فهى فتاة جامعية مثقفة ، تشرف على تحرير صفحة المرأة ٠٠

وتعتبر عصمت عبدالجواد أول صحفية مصرية تحضر جلسات البرلمان ٠٠ ولها عدة تحقيقات صحفية ٠

وفى الجورنال ديجبت **الانســة نونيت زنانيرى** كريمة الاستاذ فرنانــد زنانيرى المحامى بالقاهرة ٠٠ وتراسل أختها اجلال **زنانير** الجورنال ديجبت من باريس ٠٠ وكذلك **نادين جورس وبريجيت جيلات** ٠٠ وهن يجدن الفرنسية اجادة تامة ٠٠ ويتكلمنها بطلاقة سيدات السين واللوار والجارون !

وليس بدار الجيب سوى **الانسة ثريا حسين** ٠٠ وهى تميل بطبعها للصحافة ٠٠ ولكنها تكره المقالب الصحفية التى يدبرها الزملاء !! فى سبيل السبق الصحفى !٠٠ ولكنها تحبها أيضا عندما تتغلب عليها !!

ومن المصريات اللواتى يحررن فى صحف فرنسية الانسة مينو قصبجى ٠٠ كريمة اسكندر بك قصبجى المستشار ٠٠ وتكتب بلغة فرنسية عالية ، نقدا للافلام وتلخص المحاضرات ٠٠

وللسيدة سعاد منسى قصة كفاح ٠٠ فقد ألفت كتابها الاول فى سن السابعة عشرة ٠٠ والتحقت بدار الهلال والنداء والمسامرات ، وسافرت الى كراتشى عاصمة الباكستان لتصبح مذيعة رحلاتها ٠٠ وهى الان بشركة الانباء المتحدة !

وتعمل بقسم الاخبار بالاذاعة اللاسلكية المصرية انستان هما : **هدى توفيق**

البقية ص ٤١









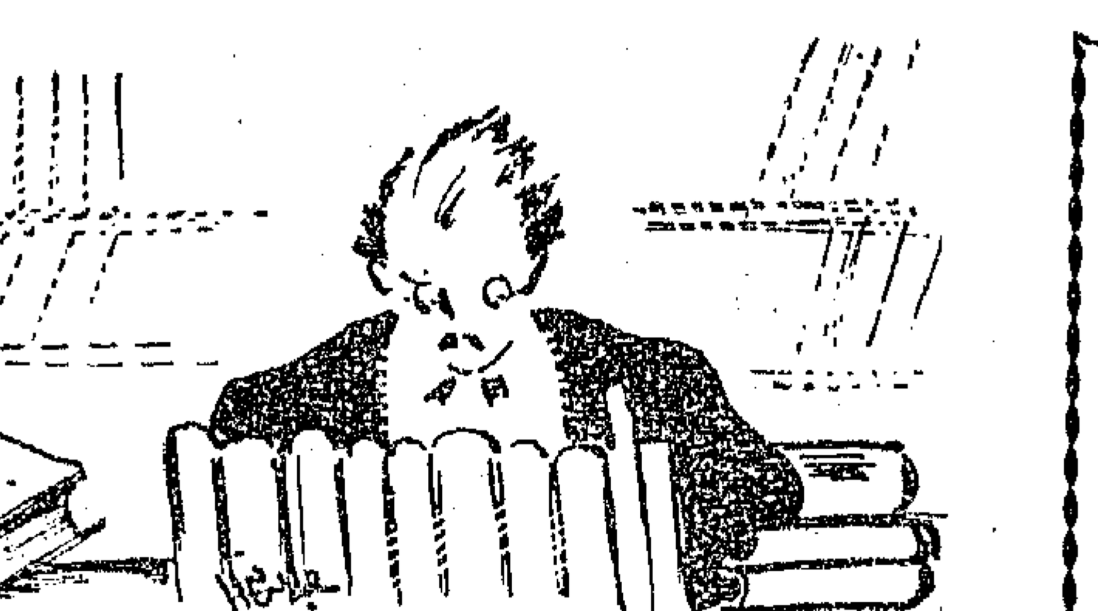




امرأة

حضرة صاحبة العصمة لطفيه هانم العبد

- من أولى سيدات المجتمع المصرى
- كريمة المغفور لها الاميرة شيوه كار
- برزت بروزا واضحا بمجهوداتها الانسانية الرائعة التى برزتها فى مكافحة وبائى الجامبيا والكوليرا اللذين اجتاحا البلاد بقسوة منذ سنوات .
- عضو عامل في كثير من الجمعيات الخيرية
- أحد أركان اتحاد بنت النيل ووكيلته وتؤمن بأن خروج المرأة الى العمل فى المجتمع لا يمنعها من أن تكون سيدة بيت سعيد .
- تشتغل الان بتنظيم الاستعدادات اللازمة لافتتاح نادى اتحاد بنت النيل الذى تشرف عليه وتقول انه سيكون النادى الاول فى مصر .
- متزوجة من سعادة حامد العبد بك وتعيش عيشة بسيطة سعيدة
- تهوى الاطلاع والرحلات



كذا سطر ...

أريد أن أقدم لكم هذا الباب ...
ترى ماذا أقول ...
لا أستطيع أن أذكر أكثر من أنه كذا .. كذا سطر من أعمق أعماق نفسى التى تفيض بانعكاسات الواقع والحقيقة .

قضية المرأة .. قضية النساء والرجال معا

هناك مثل فرنسي شائع يقول : لكى يمكن أن تحل قضية ما حلا صحيحا يجب أولا أن تضعها فى الوضع الصحيح ..

ويبدو أن قضية المرأة فى مصر لم توضع بعد الوضع الصحيح بل ولم تفهم الفهم الواجب القائم على أسس سليمة ومن هنا كان التضارب وكان التعقيد وكان الانحلال الذى يهددها فى الصميم ويحطم من قوتها ويجعلها مجرد زوبعة فى « فناجين الشاى » الانيقة التى تزخر بها الحفلات التى هى كل كفاح غالبية الهيئات النسائية عندنا ..

والواقع أن الكثيرين – ومنهم المشتغلون والمشتغلات بالحركة النسائية – لا يزالون ينظرون الى قضية المرأة المصرية نظرتهم الى قضية طائفية .. النساء فى الطرف الاول والرجال فى الطرف الاخر وان الصراع قائم بين الجنسين اللذين يعتقد كل منهما أن الاخر يجور على حقوقه ومصالحه .

وفى كل يوم يكتب الكتاب ويتحدث المتحدثون ويتناقش القوم على هذا الوضع الذى يضلل بالجميع ويقودهم الى لا شىء سوى الظلام البهيم ..

* * *

وأريد فى هذا المقال أن أحاول وضع القضية فى وضعها الصحيح فأسارع بالقول بأن قضية المرأة لن ولم تكن مطلقا مسألة طائفية أنصارها النساء وخصومها الرجال وانما هى فى حقيقة الامر مسألة تقدم فى الاوضاع الاجتماعية يؤيده التطور الطبيعى للحياة ويقف فى سبيله كما هى العادة التقاليد والرجعية التى هى بطبيعتها ضد كل تقدم وارتقاء . وليس أدل على صحة هذا الرأى وخطأ النظرة الطائفية من أن أول من تزعم الحركة النسائية فى مصر الحديثة وغرس بذورها الاولى فى المجتمع الذى كان يرسف وقتئذ فى انحلال ثقيل من التقاليد القائمة على نظام الحريم وسيادة الرجل الجنسية كان رجلا عرفه التاريخ باسم رفاعه رافع الطهطاوى وهو من الرواد المصلحين الذين ساهموا فى يقظة بلادنا .. ولقد كتب عدة كتب نادى فيها بحق المرأة فى مشاركة الرجل مشاركة حقيقية في الحياة وكانت مجلة « روضة المدارس » منبرا لنشر آرائه كما اتسعت صفحاتها لمقالات ناظرات المدارس ومدرساتها اللائى أخذن ينادين بحق الفتاة المصرية فى العلم اسوة بزميلها الفتى .

والذى يتصفح تاريخ الحركة النسائية يعثر على أسماء كثير من الرجال الذين ساهموا فى الدفاع عن حقوق المرأة بل وقادوا الكفاح النسائى فى بعض المراحل أذكر منهم على سبيل المثال قاسم امين صاحب الكتابين المعروفين « تحرير المرأة » و « المرأة الجديدة » واحمد لطفى السيد وزكى العرابى وطه حسين وغيرهم

* * *

أكثر من ذلك هناك من النساء من وقف موقف العداء من قضية المرأة حتى لقد وصفها بعضهن بأنها حركة مصطنعة تافهة وأكدت أخريات ان مكان المرأة الطبيعى هو البيت فقط فليس لها أن تدعى حقوقا فى مجالات السياسة والاجتماع والاقتصاد بل ان أقوى نقد وجه للقضية كان من كاتبة ايطالية معروفة هى جين لامبروزو ابنة العلامة

تعاليق

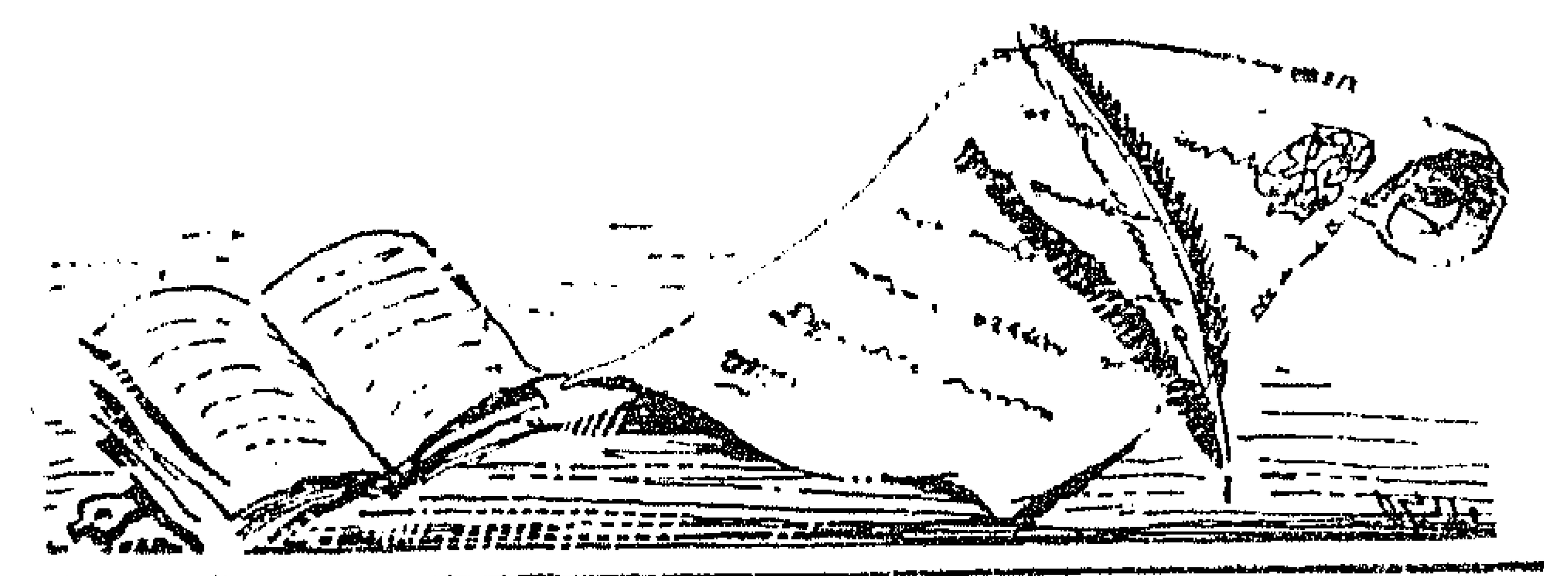
عرضت ((بنت النيل)) مقال ((العلم يحطم الفروق الجنسية)) على طبيب بنت النيل فكتب التعليق الاتى :

هذا المقال فيه الصحيح وغير الصحيح فصحيح انه لا يوجد ذكر كامل أو أنثى حرة وغير صحيح تغيير الجنس .

يتحدد جنس الفرد عند تلقيح البيضة فى رحم أمه وهذا الجنس الاولى نتيجة تركيب وعدد الكروموزومات التى تتكون منها نواة خلاياه . وفى ضمن تكوين الجسم تكوين الغدد الجنسية (المبيض والخصية) التى تلعب دورا كماليا ثانويا فى تشكيل الفرد . ولا يمكن الحكم على جنس شخص حكما علميا الا بالتحقق من وجود خصية أو مبيض . وما تلك الغدد الا مجموعات من الخلايا الجنسية الا انها مجموعات خليط يغلب فى كل واحد صنف على آخر .

فكل منا ينتمى الى الجنسين فى آن واحد بنسبات مختلفة الا انه لا يسمى بالاخنث الا اذا لم

بقلم
لطفي الخولي المحامي



الكبير لامبروزو .

ونحن اذا استعرضنا نتائج مساواة المرأة بزميلها الرجل فى الحقوق والواجبات الاقتصادية والسياسية والاجتماعية وأطلقناها من سجنها الضيق الى العمل والانتاج لوصلنا الى نتيجة واحدة تتلخص فى زيادة كمية المجهود القومى فتتسع دائرة نشاطنا وتتضاعف منتجاتنا الامر الذى سيؤدى فى النهاية الى رفع مستوى معيشتنا جميعا: نساء ورجالا ويدفع بنا الى حياة أسعد وأهنأ وأوفر انسانية .

* * *

فحقيقة القضية اذن هى صراع بين التطور الطبيعى للمجتمع المصرى الذى أصبح يتطلب ضرورة تكتيل كل قوى الشعب للجهاد من أجل حرية البلاد وسلامتها ورفاهيتها وبالتالى حرية وسلامة ورفاهية كل مواطن ومواطنة ضد كل من يحاول أن يحبس عنا كل مقومات الحياة الانسانية ويستخدم التقاليد والرجعية أسلحة يحارب بها هذا التقدم ويعيقه عن السير

وهكذا كان ربط قضية المرأة بقضية البلاد عامة هو الوضع الطبيعى للمسألة وكان الوعى به على هذا الاساس كفيلا بأن يسير بالحركة النسائية قوية واضحة منتجة نحو مستقبل مشرق للناس جميعا .

على كذا سطر

تقلب ملامح جنس ملامح الجنس الآخر بشكل واضح نأدى ذلك الى ظهور معالم الجنسين فى شخص واحد أو معالم متوسطة بين الجنسين . .

أما الجنس الثانوى وهو مجموعة علامات الجسم الخارجية كالذقن والشوارب والشكل العام والثديين الخ . فهى نتيجة افرازات الغدد الصماء منها الغدد الجنسية ومنها غدد أخرى مثل الغدة فوق الكلى وهذا الجنس فى العادة مطابق للجنس الاولى الا انه قد تطرؤ على الجسم تغييرات نتيجة وجود افرازات غير اعتيادية (مرضية) لا توافق الجنس الاولى كأن يحصل تورم أو تضخم مثلا فى اقلية خلايا الجنس الآخر التى مازالت منثورة بين اغلبية الخلايا الأخرى أو فى غدد أخرى غير الغدد الجنسية . وهذا لايصح تسميته تحويلا حقيقيا فى الجنس اذ انه ليس الا ظهور علامات سطحية شكلية غير العلامات المألوفة لجنس المريض الاصلى مثلا ظهور ثديين عند الذكر او ذقن عند الانثى .

العلم يحطم الفروق الجنسية

من أنباء استراليا هذا الاسبوع ان رجلا تقدم الى مكتب مواليد مدينة سدنى طالبا اثبات تحول ابنه « رينيه » البالغ من العمر ١٨ عاما من حالة الذكورة الى الانوثة . .

وكم كانت دهشة الموظف المختص كبيرة عند ما اكتشف فى دفتر المواليد أن هذا هو التحول الثانى لرينيه فقد نزلت من بطن أمها انثى ولما بلغت الخامسة عشرة أجريت لها عملية جراحية تحولت بعدها الى ذكر واستمرت ذكرا طيلة ثلاث سنوات قبل أن تعود من جديد أنثى !

واذا كان هذا التحول قد أدهش الموظف الاسترالى وأدهش معه جماهير كبيرة فى العالم كله فان العلماء والاطباء قد استقبلوه فى هدوء عادى على شفاههم ابتسامات الذين يتوقعون تطورات أخرى أعمق أثرا ستهز البشرية هزا عنيفا وتدفع بها الى افاق جديدة .

ويؤكد العلماء انهم حتى الان لم يستطيعوا أن يضعوا أيديهم على فرق جوهرى بين الانثى والذكر بل هم يقررون أن تقسيم الناس على أساس من الذكورة والانوثة تقسيم سطحى غير عميق ويؤيدهم فى ذلك علم الحياة الذى أثبت أن الانثى الخالصة والذكر الخالص خرافات لا وجود لها وانما الموجود حقيقة كائنات حية هى مزيج من خلايا ذكرية وأخرى أنثية ويتوقف نمو الكائن الجنسى على مقدار تغلب هذه الخلايا على تلك .

والواقع أن هذه الظاهرة التى حدثت باستراليا هذا الاسبوع ليست الاولى من نوعها بل سبق تكرارها فى كثير من بلاد العالم ومنها مصر وان عدد البشر الذين تحولوا من حالة جنسية الى أخرى يربو الان على عدة الاف فى العالم كله .

وأحب هنا أن أقول أنى من المؤمنين بمستقبل العلم وفى يقينى أنه لن تمضى عشر سنوات على الاكثر حتى يتوصل العلماء الى مصل يعطى الفرصة لكل انسان أن يختار نوع الجنس الذى ينتمى اليه وحينئذ لا أظن أن رجلا واحدا سيجرؤ على أن يقف ضد المساواة بين الجنسين والا كان مصيره أن يحقن بهذا المصل فيصبح انثى ومن ثم يكون أول المنادين بحقوق المرأة !

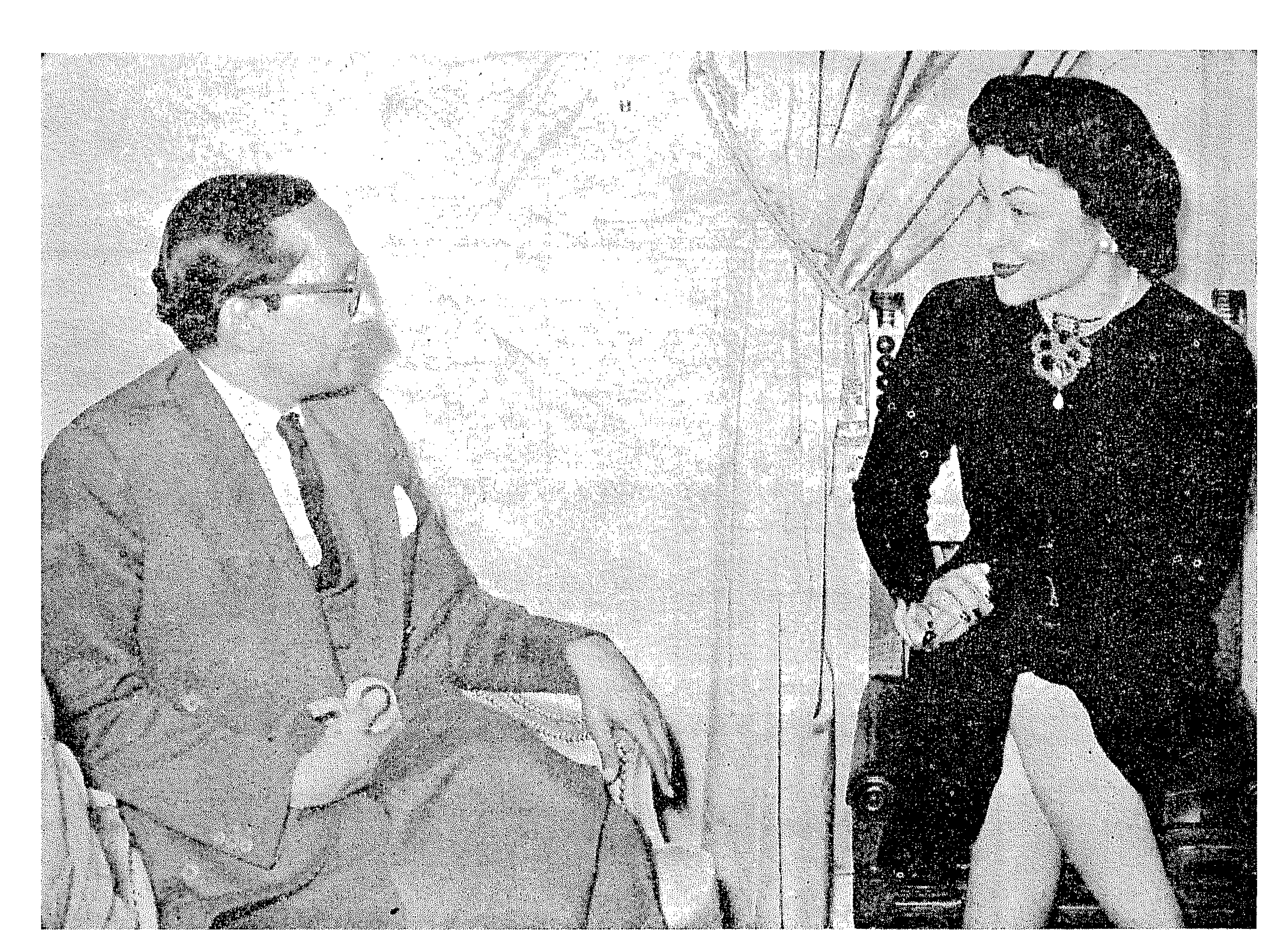
ان المسألة كما يبدو تستدعى التفكير من جانب الرجعيين . . وأمامهم عشر سنوات ليفكروا خلالها . .

رجل . .



توريز بوديه
المدير العام لهيئة اليونسكو

- زار مصر أخيرا فى رحلة ثقافية واجتمع بكثير من الشخصيات الادبية والعلمية . .
- ثانى رئيس لهيئة اليونسكو التابعة للامم المتحدة والتى تهتم بتنظيم التعاون الثقافى بين شعوب العالم
- مكسيكي الاصل .
- تزعم حركة محو الامية فى بلاده وله مؤلفات فنية قيمة تعتبر المراجع الاولى لهذه الحركة .
- اجتمع بالقاهرة بالدكتورة درية شفيق رئيسة اتحاد بنت النيل وتباحثا فى مشروع الاتحاد لمحو الامية بين نساء مصر فأثنى على المشروع ووصفه بأنه قائم على أحدث الاسس الفنية .
- فى الخامسة والاربعين من عمره .
- متزوج من سيدة مثقفة يصفها بأنها زوجة وصديقة وسكرتيرته وأستاذته . . . أحيانا .



مصـــر تقنع الهنـــد

الصحفيون الهنود يقولون

رأينا مصر خلال بنت النيل

زار مصر فى الشهر الماضي وفد يمثل الصحافة الهندية للوقوف على مدى التطور الذى أصاب مصر ولتأكيد الصداقة العميقة التى تربط شعبنا بشعب الهند .

وحمل السيد هاتهى سينج أحد أعضاء الوفد رسالة من زوجته « وهى شقيقة البانديت نهرو » الى صديقتها الدكتورة درية شفيق رئيسة تحرير بنت النيل تقول فيها :

« لقد قلت لزوجى قبل أن يبرح الهند الى مصر العزيزة ان نصيبا كبيرا من التقدم الذى أحرزته مصر هو نتيجة لكفاح النساء المصريات ..

نعم .. قلت هذا لزوجى ولقد أحسست أنه لم يصدقنى كثيرا وها هو الان فى بلادك .. وجاء دورك أنت لتقنعيه .. ترى هل تنجحى »

وكان هذا امتحانا لبنت النيل .. جازته بنجاح اذ استطاعت أن تقنع السيد هاتهى برأى زوجته فصرح قبل مغادرته مصر قائلا :

ــ الواقع ان مصر بلد عظيم .. وجزء كبير من هذه العظمة هو بلا شك نتيجة لجهاد النساء المصريات .. لقد رأيتهن يعملن فى صدق واخلاص فى كل مكان ذهبت اليه .. فى الجامعة .. فى الحقول .. فى المصانع .. فى المدارس فى المستشفيات فى المؤسسات الاجتماعية بل هن فى الواقع العمود الفقرى للنشاط الاجتماعى فى مصر

وقالت الدكتورة دريه :

ــ هذا اعتراف صريح :

قال :

ــ نعم وسأسجله فى جريدتى .

وكان الوفد يضم سيدة واحدة هى السيدة فيولت ألفا رئيسة تحرير مجلة فورم الاسبوعية التى تصدر بالانجليزية فى نيودلهى .

ولقد حضرت بنفسها الى دار بنت النيل وتصادف أن كانت ندوة اتحاد بنت النيل الاسبوعية منعقدة لبحث « جهاد المرأة المصرية فى الميدان السياسى » فاشتركت فى المناقشات وتحدثت الى المجتمعين والمجتمعات حديثا حماسيا عن حركة السيدات الهنديات لتحرير بلادهن وتخليصها من الفقر والمرض والجهل والسير بها نحو الحرية والرقى والسعادة .

وقالت أيضا :

ـ لقد أحببت مصر قبل أن آتي اليها ٠٠ أحببتها في شخص جهاد شاب مصري يعمل بالقسم العربي براديو الهند يدعى « محمد عوده » ولقد حدثني كثيرا عن مصر عن آلامها وآمالهـا حتى لاحسست بأنها والهند عنده في منزلة واحدة ، ولقد نصحني عوده أن آتي اليكم هنا في بنت النيل اذا أردت أن أعرف مصر على حقيقتها وهأنذا جئت اليكم ٠٠ أريد أن أرى مصر ٠٠

وكانت بنت النيل على استعداد فأوفدت الانسة مني أرقش احدى محرراتها مندوبة مرافقة للصحفية الهندية الصديقة ٠٠

وكتبت مندوبتنا تقول :

أحسست من الدقيقة الاولى التي تحدثت فيها الى السيدة الفاضلة الفا اني أمام صديقة عرفتها منذ زمن طويل ٠٠ كان وجهها الاسمر بالنقطة الحمراء بين الحاجبين ٠٠ بالبسمة المشرقة على ثغرها ٠٠ يشجع الانسان على أن يحادثها ويعاملها في بساطة ووضوح ومن دون تكلف أو رياء ٠ وشخصية « الفا » شخصية مثقفة مطلعة تفيض صراحة وقوة وهي تتكلم الانجليزية بطلاقة رائعة وأفكارها مرتبة ترتيبا منطقيا وسياستها في المناقشة أن تقول لك كل شيء على أن تقول لها أنت بدورك كل شيء ٠٠ ولهذا تفاهمنا جيدا ٠٠

ولقد أطلعت السيدة « الفا » على كل شيء في بلادنا على حقيقته وبينت لها في وضوح كفاح رجالنا ونسائنا في سبيل سعادة البلاد وحريتها ٠٠ وكانت هي ترى وتسجل وتنقد أيضا ٠٠ وكان النقد دائما في محله ٠٠ وطفت معها كثيرا وفي اخر يوم جلست اليها في المساء نتحدث كعادتنا : تسأل وأنا أجيب وفجأة ابتسمت قائلة :

ـ قد جاء دورك أنت لتسأليني ٠٠ اني ألمح علامات الاستفهام تتراقص على وجهك ٠٠ أليس كذلك؟

قلت : نعم وليكن سؤالنا الاول عن الدور الذي لعبته المرأة الهندية في تحرير بلادها ٠٠

أجابت : لقد أصبحت النساء الهنديات ذات يوم فاذا بآبائهن وأزواجهن في السجون فكان قرارهن أن يكن بجانبهم فتركن المنازل الى السجون ٠٠ وفي معركة صامتة وبدون عنف جلسن في شجاعة وثبات على سلم البرلمان عدة أيام مطالبات بالافراج عن رجالهن وتم لهن النصر وكان هذا هو الامر الطبيعي ٠٠

وهنا سألتها عن مجهودات نساء الهند في الوقت الحاضر فقالت :

ـ نحن الان نعمل في كل ميادين المجتمع في الطب ، والمحاماة ٠٠ والسياسة ٠٠ والاقتصاد والاجتماع وأؤكد لك ان المرأة الهندية التي كافحت في سبيل الاستقلال بلادها حتى حصلت لها على دستورها في ٢٦ يناير سنة ١٩٤٩ لا زالت هي نفسها التي تعمل على صيانته والمحافظة عليه ٠

وكان السؤال الثالث هو هل في امكان المرأة الهندية أن تساعد زميلتها المصرية على كسب حقوقها ؟

فكان ردها الصريح :

ـ لا يا ابنتي ٠٠ ان كفاح المرأة المصرية وحده هو الذي سيصل بها الى حقوقها حتما وليس في مقدور أي عامل خارجي أن يمدها بالقوة ان كانت ضعيفة وبالثبات ان كانت مزعزعة ٠٠

وثقي أني لا أجاملك اذا قلت لك أن حركتكن كفيلة بالوصول بكن الى كل ما تردن اذا وحدتن صفوفكن وسرتن قوة واحدة متفاهمة نحو الهدف واعلمن أن العدو وحده هو الذي يستفيد من الانقسامات ٠

وسألتها في النهاية أن تحدثني عن نفسها :

فابتسمت قائلة : أظن ليس من الضروري أن أقول لك سني ٠٠

قلت : طبعا وان كنت أعلم انك في الخامسة والثلاثين

قالت : لا ٠٠ أحب أن أصحح لك معلوماتك فأقرر اني في السادسة والثلاثين

قلت : يا لك من شجاعة!

قالت : ان شجاعتي هذه ذهبت بي الى السجن أثناء حركة التحرير مع ابنتي الرضيعة التي أسميتها مايه فريده ومايه اسم هندي وفريده اسم مسلم ، ولقد أردت من ذلك أن أبين تضامن الاديان في الهند وجهادها المشترك من أجل حرية البلاد ٠

ولي غير مايه ولدان أحدهما في التاسعة والاخر في الحادية عشرة ٠

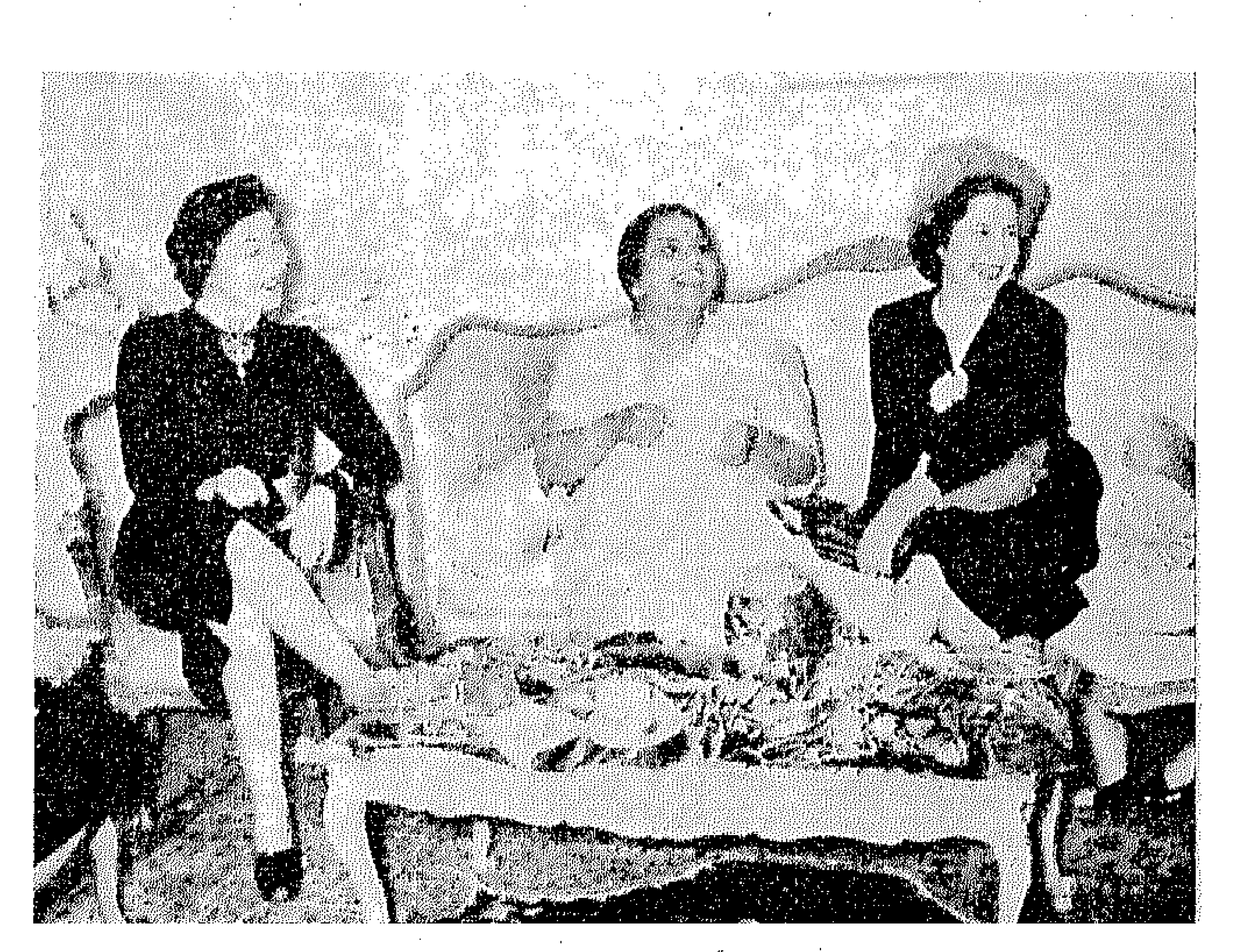
وأسعد أوقاتي هي التي أمضيها في بيتي مع زوجي وأولادي بعد الكفاح اليومي في الحياة وأنا أعمل كرئيسة تحرير لمجلتي فورم ولقد زاولت المحاماة بعد تخرجي في كلية بومباي ٠

وأحب أن أقول لك في النهاية انه لما يسعدني كثيرا أن تكون أول زياراتي لبلاد العالم هي للصديقة مصر ٠٠ مصر الحبيبة ٠

مني أرقش



كانت تقول لي كل شيء وكنت أقول لها أيضا كل شيء



ابتسامات هندية مصرية



الملكة أحموز

مركز المرأة فى المجتمع المصرى القديم

بقلم الاستاذة زينب لبيب
الامينة العامة لاتحاد بنت النيل

كانت مصر الفرعونية مهدا للحضارات منذ فجر العصور اقتبس منها الغرب الكثير من مدنياته الحاضرة التى تتغنى بها شعوبه ونواحى حضارة الفراعنة متعددة متشعبة ، ولكني سأقتصر على ناحية معينة هى مركز الحياة فى المجتمع المصرى القديم ٠ ويضىء تاريخ مصر القديمة أسماء ملكات عظيمات وكاهنات فى المعابد وطبيبات وكاتبات وموظفات وربات دور ومغنيات ٠

ولعل ما تميز به الحكم المصرى فى ذلك العهد هو اباحة حق تولى عرش مصر للنساء ، فلم تقف الانوثة حائلا دون اشراك المرأة فى حكم بلادها وادارة شئون وطنها ، بل شاركت الرجل فى هذا الجهاد ، وتاريخ مصر القديم حافل بعدد وفير من شهيرات النساء اللاتى تبوأن عرش مصر نذكر منهن الملكة نيوتوكريس والملكة حتشبسوت

ولو دققنا البحث لمعرفة تطور المكانة الاجتماعية التى كانت تتمتع بها المرأة الفرعونية ، لوجدنا فى أقدم الوثائق ما ينبىء بأن تأسيس الاسرة المصرية يرجع الى عهد الاهرام ٠ ونقوش هذا العهد وما وصل الينا من تاريخه يدل على أن المرأة كانت على قدم المساواة مع الرجل ٠٠ فقد كان لها حق التصرف بكامل حريتها فى ملكها أما بالهبة أو بالوصية ويستدل من ذلك أنها كانت تتمتع بسلطة شرعية مطلقة فلم يكن لزوجها ولا لابنها أو أى انسان آخر أى وصاية أو رقابة عليها ٠ كما ان أملاكها كانت ملكا خالصا لها لا تختلط مطلقا بأملاك زوجها أو أولادها « بعكس ما نراه الآن فى القانون الفرنسى الحديث ٠٠٠ الذى يخلط بين أملاك الزوجة والزوج ويقيد حريتها فى التصرف فيما تملك ! » ٠

وتظهر لنا تلك المساواة بين الرجل والمرأة واضحة جلية فى أغلب الوصايا التى أمكن العثور عليها ، اذ كانت تسوى بين الابناء فى الارث دون تمييز بين الذكور والاناث ٠

وكانت شخصية المرأة فى ذلك العهد تتميز باكتمالها وبروزها واستقلالها استقلالا تاما : فقد كان للمرأة حرية مطلقة فى كل تصرفاتها ، حتى الشعائر الدينية كان لها أن تخالف فيها زوجها ٠ الا فى حالة اعتراف الزوج بأن زوجته مقربة له «والمقرب هو من يقوم للآخر بالشعائر الدينية نظير هبة خاصة » كانت الزوجة تسارع الى اعلان ذلك على نقوش قبر زوجها لانها حظيت منه بعطف يماثل ما يحبو به الملك المقربين له ٠ وكانت تنال ازاء ذلك مرتبا من أوقافه ٠ فكان مركز الزوجة فى هذا الوضع هو مركز الكاهن لزوجها ٠

ومن المحتمل ان الزواج كان يتم بعقد فى عهد الدولة القديمة وانما من المؤكد ان المرأة اذا كانت تملك عقارا خاصا بها فان ممتلكاتها كانت تدون وقت الزواج ٠

ولقد بدأت الاسرة ـ منذ عهد الاسرة السادسة ـ تؤلف وحدة شرعية اذ صار للابن الاكبر الحق الشرعى فى الاشراف على ثروة الاسرة ٠ وبدأت الزوجة تخضع لسلطان زوجها ، وكانت تخولها صفتها الزوجية حق الاشتراك فى اقامة شعائر زوجها مما لم يكن فى مقدورها الحصول عليه فى عهد الاسرة الخامسة الا بوصية وهذا الحق فى اقامة شعائر زوجها يجعلها زوجة خاضعة لسلطانه فتصيب جانبا من أملاكه ٠

وكان من أثر تغير مركز المرأة من الوجهة الشرعية أن حدث انقلاب عظيم من الوجهة الخلقية ٠٠ فقد ظهرت المحظيات فى المجتمع

من الوقت الذى بدأت تدخل فيه المرأة تحت سيطرة الرجل فلم تعد الزوجة بعد سيدة البيت الشامخة بأنفها المستقلة بحقوقها ، بل أخذت شخصيتها وحريتها تتقلص شيئا فشيئا .

ومنذ الاسرة السادسة نلمس تطورا رجعيا فى حقوق الزوجة اذ أصبحت مكانتها ثانوية ونقص استقلالها الشرعى تدريجيا حتى فقدته نهائيا ، وأصبحت آخر الامر تحت سلطة الزوج فاذا مات دخلت تحت سلطان الابن الاكبر أو تحت ادارة وصى يعينه الزوج قبل مماته بوصية ولم تكن هذه الحالة الا نتيجة للتطور الذى حدث فى نظم الملكية فى الاسرة اذ تغيرت أسسها وصارت أملاك الاسرة وحدة لا تتجزأ سواء كانت فى يد الابن الاكبر أو الوصى انما ليس معنى ذلك ان يصير للابن الاكبر حق التصرف فى هذه الاموال وتبديدها ، اذ أنه كان أمينا عليها يديرها على اعتبار انه رب الاسرة .

وكانت البنت الكبرى تقوم بدور يماثل الى حد ما دور الابن الاكبر فى الاسرة فقد كانت تقوم بدور خاص فى اقامة شعائر والدتها ولابد أنها كانت تستولى على جزء معين من عقار الاسرة الموقوف لاقامة تلك الشعائر الجنائزية .

وتطور بعد ذلك مركز الاسرة بالنسبة للمجتمع المصرى وأصبحت وحدة اجتماعية تحت سيطرة الاب وصارت الزوجة تحت سلطة زوجها المطلقة لدرجة أنه لم يكن لها الحق فى المثول أمام القضاء لاى موضوع الا باذن زوجها أو الوصى عليها فى حالة وفاة الزوج .

هذه لمحة عاجلة عما مرت به المرأة فى عهد الاسرات الاولى وتبع ذلك تطورات أخرى سايرت تتابع الاسرات

بين الوظيفة والزواج

همست فى أذنى فى ألم لحالتها وحيرة من أمرها وأفضت بحديث الزوجة الموظفة المتعبة ، وهى التى كانت تملأ أرجاء كلية الاداب مرحا وأملا واشراقا . قلت لها : ما بالك ؟ ألم تتزوجى الرجل الذى اخترته عن رضاء ورغبة كعادة كل فتاة مثقفة معتمدة ماديا على نفسها .. فالاختيار مبنى على الرغبة الصادقة لا لمجرد ملء الفراغ والحاجة الى من يعولها مستقبلا . ألم يقدرك كزميلة ساوته علما ومعرفة ؟ أم أهملك بعد أن اطمأن لخلقك وانشغالك فى العمل ؟

قالت : والله لا هذا ولا ذاك ولكنه رجل من رجال القضاء وأنا كما تعلمين أشتغل بالتدريس بعد أن تخرجت فى كلية الاداب ووجدت ان مهنة التدريس تلائمنى أكثر من غيرها .. ولكن كرامته تأبى عليه أو يقولون تقاليده وهو الرجل ذو المركز المحترم أن يسمح لزوجته بالعمل وبالتدريس، لا شكا فى خلقها ولاضنا بها على وطن فى حاجة لمدرسة على ثقافة ممتازة تماثلها ولا لان المنزل فى فوضى وفى اهمال كما يدعى الكثيرون، ولكن لان مركزه يأبى كل الاباء وأصدقاؤه لا يقرون ، ونظرة الناس للتى تعمل ليست كما يجبه زوج لزوجته وأعز الناس لديه كما ان اشتغال زوجته ينتقص من رجولته فى عرفهم

قلت لها لو كان جاهلا لما دهشت ولكننى أدهش لعقلية رجل القرن العشرين الذى يرى امرأة مثقفة ثقافة عالية ونزلت الى معركة الحياة الشريفة بسلاح من العلم والخلق لاحساسها بأن الحياة فى مطالبها ورغباتها فى حاجة ملحة للتعاون المادى بجانب التعاون المعنوى يسمع كلام الناس ونقد الناقدين ولا يلقى بالا لمصلحتهما المشتركة التى لا يفهمها سواهما

جميل أن يكون اختيار الرجل للمرأة على أساس ودى وعاطفى وألا يكون الغرض الاساسى هو المطمع فى كسبها ومركزها ولكن ليعلم الرجال جميعا أنه من الصعب جدا على من تعودت الاعتماد ماديا على نفسها أن تتنازل عما تعودت عليه منذ أن عرفت معنى الاستقلال ليتفاهم الزوجان قبل الزواج على هذا المبدأ ، اما وظيفة وأما زواج .

هناك رجل يرتاح للمرأة التى لم تكتمل ثقافتها .. ويحب المرأة الضعيفة التى لا شخصية لها ليرضى كبرياءه وسيطرته والحياة ملأى بالكثيرات ممن يريد . وهناك رجل حياته كلها أدب وأبحاث وكفاح وهذا وقته لا يسمح لتمضيته بجانب امرأة مدللة وهى بالتالى لا تطيق انصرافه عنها طول يومه ويخشى على هذه من الفراغ والفساد ، وهذا النوع من الرجال لا تناسبه الا زوجة مشغولة فى عمل حتى لا تضنيها الوحدة الطويلة وانصراف زوجها عنها الى حد كبير .

اذن فلكل نوع من الرجال ما يلائمه من النساء ، فليتفهم الرجل قبل الاقدام على الزواج شخصيته وشخصية من يختارها شريكة حياته على ضوء المصلحة المتبادلة لا معتمدا على كلام هذا ورأى ذاك فهو أدرى الناس باحساسه وظروفه ،

روحيه القلينى

قالت لى

ما يمنع صديقك فلانا من الزواج وقد وصل الى ما وصل اليه من الجاه والمال ؟

قلت لها

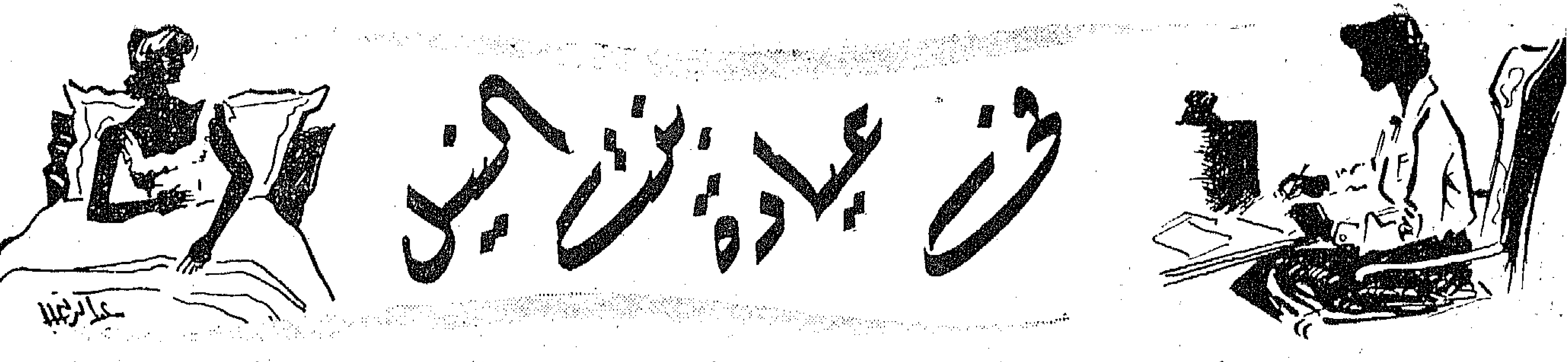
يمنعه يا آنستى أنه لا يجد الزوجة التى يريدها ... انه لا يكاد يعرف فتاة واحدة معرفة شخصية وهو يربأ بنفسه أن يذهب الى الخاطبات أو يعلن عن رغبته على صفحات الجرائد كما يفعل بعض الشبان أو يكلف احدى سيدات أسرته بأن تبحث له عن زوجة تتفق أخلاقها وأخلاقه وتتلاقى أهدافه بأهدافها وتنسجم شخصيته بشخصيتها .

لقد جاءنى صديقى هذا الذى تسألينني عنه يشكو لى مر الشكوى من صديق له يعرفه منذ أكثر من عشرين سنة ويبادله ودا بود .. واخلاصا باخلاص ، ولكنه مع ذلك ان ذهب لزيارته فى المنزل أدخله غرفته وأغلق الباب وراءه حتى لا يرى شقيقاته ولا يرونه !!

وان دعاه الى الغداء أو العشاء عنده جلس اليه فى غرفة المائدة دون أفراد الاسرة مبالغة فى المحافظة على التقاليد ..

ويقول صديقى (ان شباب هذا الجيل فى حاجة الى مجتمع يتيح له نوعا من الاختلاط المنظم البرىء ويعطيه فرصة اختيار شريكة حياته ..

خليل صابات



الحول

للدكتور ابراهيم عبود

الحول اسم عام يشمل كل الحالات التى ينحرف فيهـا محور العينين عن الوضـع الطبيعى فلو انحرفت احدى العينين الى الداخل سـمى « حول أنسى » أو الى الخارج سمى « حول وحشى »

ويمكن تقسيم الحول الى قسـمين : الاول وهى الحالات التى يعرف فيهـا سبب الانحراف كما يحدث فى شلل عضـلات العين الخارجية وأما الثانى فللآن لم يعرف سببه بعـد وان كانت قد وضـعت بعض النظريات لتفسيره .

والذى يهمنا اليوم هـو الكلام عن النوع الاخير اذ ينحصر علاج النوع الاول فى معالجة مسبباته .

يبدأ الحول فى السـن المبكرة من ثـلاث الى ست سنوات عندما يبدأ الطفـل فى تركيز نظراته فى ألعابه المختلفة وغالبا بعد اصابته ببعض الامراض التى تضعف مقاومته كالحصبة والسعال الديكى والحمى القرمزية .

ويلاحظ الحول فى مبدئه فى فترات متباعدة ولمـدة محدودة خصوصا بعـد أن يتعب الطفـل ولذلك كان تشخيص المرض يعتمـد فى أوله على ملاحظـة الام فاذا أهمل الطفل أصبح الحـول مستمرا

ولكن يجب أن تعلم الام أن الطفل فى الاسابيـع الاولى من عمره لا يستطيـع تركيز عينيه فى وقت واحد فى شىء ما ولذلك نـرى العينين تتحركان بلا روابط ولكن بعد فترة يبدأ الطفـل فى تركيز نظره فى الاشياء ويصبح طبيعيا .

ولكى نفهم أسباب الحول يجب أن نعرف أن شـبكية العين وهى الجزء الحساس منها الذى تقع عليه صـور المرئيات لا تستوى فيهـا الحساسية الضوئية بـل انها فى الجزء الخلفى المسمى بالماقون أكثر كثيرا منها فى أطرافهـا ولذلك كان من الواجب دائما أن تتجه العين الى ناحية الشىء المراد رؤيته حتى تقع صورته على ماقولتها

وكذلك يجب أن نعلم ان العيون فى أول سنوات العمر صغيرة الحجم ولذلك لا تتركز الاشعة الضوئية المتوازية الداخلة اليها على الشبكيـة بل خلفها مما يسمى بطول النظر فاذا كبر الطفل ازداد حجم العين تبعا لنمـوه وأصبحت طبيعية .

فاذا ضعفت احدى العينين نتيجة اصابتها بسحابات على قرنيتـا أو نتيجة ضـعف خلقى فى تكوينها أصبحت معرضة للحول فاتجهت عـلى حسب قوة عضلاتها للجهـة الانسية أو الوحشية وذلـك حتى تجعل صور المرئيـات تقع على حافة شبكتيها فـلا يحس المخ بهذه الصـور ويهملها .

فاذا لاحظت الام أن الطفل يحول بعينيه فعليها بالتوجه مباشرة للطبيب فعلاج الحول فى أوله ممكن .

فيبدأ الطبيب بوضـع مرهم الاتربوبين فى العينين ثلاث مرات يوميا لمدة ثلاثة أيام ثم يفحصـه لعمل نظارة ولا بد أن يلبس الطفل النظارة مباشرة وباستمرار بعد الكشف وبعد ذلك يعود للطبيب مرة أخرى لفحصه فاذا رأى أن قوة ابصـار العينين بالنظارة قد تقاربت أمر بعمل تمرينات مخصوصة لتمرينهما على الرؤية سويا .

وليكن معلوما أن المثابرة على العلاج أهم نواحيه اذ أن هذه التمرينات تعمل لمـدة لا تقل عن السنة مرتين أو ثلاثا أسبوعيا .

فاذا لم تستو قوة العينين ربطت العين القوية منهمـا وتركت الضعيفة لكى يمرنها الطفل حتى تقوس وتصبح كالعين السليمة ثم يعـود للتمرينات

ويجب أن نؤكد أن علاج الحول فى مبدئه ممكن فاذا شفى الطفل أصبحت عيناه متوازيتين وقوتهما متساوية أما اذا أهمل الطفل فلا يمكن معالجته بعـد ذلك بل ان عمليات الحول لا تجدى الا فى تجميل الانسـان ولكن لا تقـوى الابصار أبدا فكأننا نترك الطفل بلا علاج أو بتخوفنا من الباسـه النظارة فى مبدأ الامر نحكم عليه بفقد احدى عينيه دائما

خطر الاسنان

ان أردت أن تحافظى على سلامة جسمك يجب أن تعنى عناية خاصة بأسنانك وبفمك تخيرى فرشتين للاسنان على شرط أن تـكونا جافتين واسـتعمليهما بالتبـادل لتضمنى جفافهمـا . ولن يساعدك فى اختيار المعجون الا طبيب الاسنان ليحدد لك النوع الذى يلائم أسنانك ولثتك .

فرشى أسنانك رأسيا أى من أعلى الى أسفل أو العكس ولا تهتمى كثيرا ببعض نقط من الدم قد تتساقط من اللثة من فرط تفريشها فقد تكون غير متعودة عليه .

عليك أيضا بمضغ الطعام مضغا جيدا ، فهذا هو خير وقاية من تسويس الاسنان ، واذا ما أحسست بأى ألم فى أسنانك بادرى بزيارة طبيب الاسنان الخاص حالا

راقبى أيضا أسنان أطفالك وبادرى بالعلاج السريع فانم سيعترفون لك بهذا الفضل عندما يكبرون ويعـرفون كيف يقدرون هذا الاهتمام .

طبيب بنت النيل

غرفة الطفل

ان قلنا غرفة الطفل فاننا لا نعنى بذلك أن تكون للطفل غرفة خاصة به لان دخل الاسرة المتوسطة حاليا لا يسمح بذلك اطلاقا وانما نقصد الغرفة التى سينام فيها الطفل مع والديه أو أخوته .. أو مربيته

يجب أن يتوفر لهذه الغرفة شرط التهوية والابتعاد ما أمكن عن مواطن العدوى التى تنتقل بسهولة الى الطفل الرضيع .

ان الطفل فى حاجة الى مكعب من الهواء لا يقل عن ٢٠ مترا . وأن تكون غرفته متجهة الى الجنوب أو الى الجنوب الشرقى لتتوفر لها الاضاءة والشمس . ويفضل أن تطل الغرفة على شارع عريض أو حديقة أو فناء متسع . أما النوافذ فيجب أن تظل مفتوحة فى النهار وفى الأيام ذات الجو المعتدل ولا بأس من أن تظل مفتوحة جزءا من الليل . وفى أثناء تهوية الغرفة فى الشتاء يجب تغطية الطفل جيدا أو نقله الى غرفة أخرى ولا يعاد الى غرفته الا بعد التأكد من دفئها .

يجب دهن الحوائط ببوية يمكن غسلها بسهولة وتفضل الالوان الفاتحة كالكريم والوردى والسماوى والاخضر

أما الارضية فيجب أن تكون من الخشب وأن تكون سهلة التنظيف اياك وتنفيض الاثاث بل امسحيه مسحا حتى لا يتطاير الغبار فيؤذى صحة الطفل .

يجب التقليل ما أمكن من الستائر وما اليها فانها عش للغبار والميكروبات .

الاضاءة الصناعية :

توضع المصابيح الكهربائية بطريقة بحيث لا تضايق



نظر الطفل ولا تتعب عينيه . وقد لوحظ ان بعض حالات الحول كانت نتيجة لرداءة الاضاءة وعدم توزيعها توزيعا صحيا فى غرفة الطفل

الاثاث

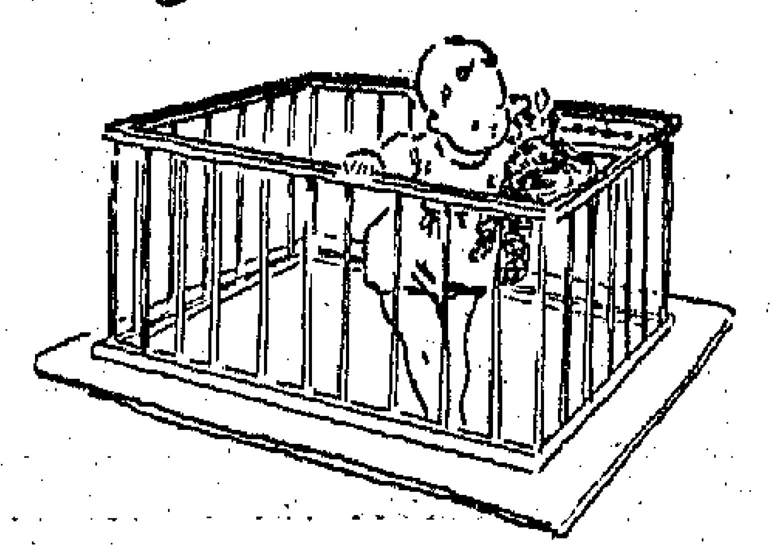
قللى ما أمكن من الاثاث الذى يجب أن يكون بسيطا لا تعقيد فيه خفيفا بحيث يمكن نقله لتنظيف الحجرة بيد ان دهنه ببوية اللاكيه يسهل مهمة المحافظة على نظافته . ونحن لا نعنى أن يكون أثاث الحجرة مدهونا باللاكيه بل فقط ما يختص بالطفل وأثاث الطفل يجب ألا يزيد عن كرسى أو كرسيين من الخشب المغطى بالمطاط وكرسى مريح خاص بالام يكون واطئا وعريضا لترضع طفلها عليه دون تعب أما المنضدة فلتكن فى أحد أركان الغرفة ولتكن ذات حواف مستديرة حتى اذا ما بدأ الطفل فى المشى واصطدم بها لا يصاب بأذى أذى .

وليست هناك ثمة فائدة من خزانة الملابس الكبيرة التى يمكن الاستعاضة عنها بكومودينو تحرصين على أن تكون حوافيه مستديرة للسبب نفسه الذى ذكرناه آنفا . ويستخدم هذا الكومودينو لوضع ملابس الطفل وللباس الطفل نفسه وتغيير ملابسه الداخلية .

وبهذه المناسبة نود أن نلفت نظر الوالدة الى عادة دأبت عليها ألا وهى تغيير ملابس طفلها فى أى مكان وجد فيه بالمنزل . خصصى له مكانا واحدا وليكن ذلك المكان ظهر الكومودينو الذى تجدين رسمه على هذه الصفحة

ويمكن صنع هذا الكومودينو بواسطة بضعة ألواح من الخشب الابيض العادى . وهو عبارة عن منضدة مغطى سطحها بالمطاط عريضة بحيث تسمح للطفل أن يفترشها دون مضايقة لا واطئة ولا عالية بحيث تريح الام أثناء قيامها بعملية ملابس الطفل .

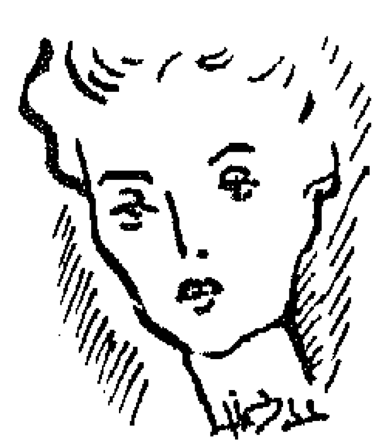
وتحت هذا المسطح تركب بضعة أدراج لتوضع فيها ملابس الطفل الداخلية والخارجية ولوازم نظافته « صابون ، اسفنجه ، بودرة الخ .. » ومن الجهة الاخرى يمكن تخصيص عين لوضع صندوق الغسيل ووعاء لوضع القطن ووعاء يحتوى على ماء .



وفى أواخر السنة الاولى من حياة الطفل حينما يبدأ فى الوقوف والمشى يجب أن نعد له نطاقا خشبيا «بارك» يلهو ويلعب داخله فتقوى عضلاته بعيدا عن الاخطار التى يتعرض لها الطفل .

الجمال فى سن

ان كنت قد اهتممت بعضلات وجهك وان كنت قد اعتنيت ببشرتك فان كبرسنك لن يقلل من جمالك خاصة ان ضاعفت عنايتك بوجهك ·




الوجه

غيرى بين حين وآخر مستحضرات الجمال التى ستستعملينها كى لا تتعود بشرتك عليها أزيلى ماكياجك بالكريم مرة وبالزيوت التى تدخل فى تركيبها الفيتامينات مرة أخرى · وهكذا تصبح بشرتك أكثر جفافا ولا تخشى عليها المسام المفتوحة ·

وفى المساء ضعى عليها كريما مغذيا فيه بعض الهورمونات · أكثرى من هذا الكريم وغطى به الوجه والعينين والعنق · ولا تزيليه كله · اكتفى بمسحه مسحا لتتفاعل الطبقة الباقية منه مع البشرة أثناء الليل فتؤثر فيها تأثيرا طيبا ·

واذا ما أصبح الصباح دعى بشرتك تتنفس بعد تنظيفها باللبن وبعد أن تربتى عليها ربتا خفيفا بسائل مقو لا تقل درجة كحوله عن ٧٠ درجة على شرط أن تتحمله بشرتك · وفى حالة عدم استطاعتها تحمله عليك بتخفيفه بشىء من ماء الورد · واحذرى من أن تربتى على خديك بقوة فان البشرة لا تتحمله فى هذه السن وقد ينتج عنه التهاب فى البشرة لا يزول بسهولة ·

عليك أيضا الاهتمام بأسفل الوجه حتى لا يترهل · فننصحك فى هذه الحالة أن تدلكى الذقن من أعلى الى أسفل بيدك وهى مفتوحة · كررى هذه الحركة من عشر مرات الى اثنتى عشرة مرة · استعملى مع هذا التدليك كريما مغذيا · وضعى منه أيضا على جفنيك وسالفيك دون تدليك بل اضغطى على هذه المواضع ضغطا خفيفا بأصابعك · أزيلى الكريم الذى لم تمتصه البشرة أثناء عملك الماكياج ·

خصص يوما تريحين فيه بشرتك من الماكياج واكتفى بعمل ماسك مغذ · استعملى أيضا كمادات النعناع فهى تقوى البشرة ··



الماكياج :

يجب أن يسبق الماكياج وضع كريم لون اللحم أو راشيل فاتح ليكتسب الوجه شيئا من الحيوية · قللى الاحمر على الخدين وليكن أحمر الشفتين فاتحا · اتركى الحاجبين على طبيعتهما وضعى زيتا على الرموش ·

شكر

يشكر اتحاد بنت النيل مصانع نقولا كحلا بك على تفضلها باهدائه ٢٠٠ قطعة صابون لمدرسة بولاق النموذجية لمكافحة الامية بين النساء ·

اشتراكات بنت النيل

ترسل الى ادارة المجلة ٤٨ شارع قصر النيل
القاهرة - تليفون : ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤

الخمسين ...



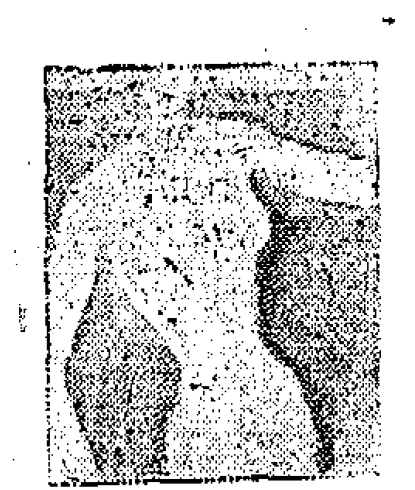
تسريحتك

يجب أن تكون مبسطة بعيدة عن التعقيد . لا تغيري تسريحتك التى اعتاد الناس أن يروها عليك . لا تقصري شعرك بدعوى ان الموضة تتطلب منك ذلك . أما عن الصبغة فلابد لك من اختيار أحسن الانواع وأنسب الالوان لشعرك الاصلى . لا تستعملى الصبغة الا أن تأكدت من عدم ضررها



العناية باليدين

دلكيهما بكريم مغذ وادهنى الاظافر باللون الذى يوافقك ولو اننا نفضل أن تلمعيها فقط .



جسمك

لا بد أيضا من تدليكه مرة فى الاسبوع . ولا ننصحك بالاكثار من أخذ الحمامات لانها تضعف البشرة خذى دوشا وادهنى جسمك بين الوقت والاخر بالبرافين عرضى صدرك لدوش الماء البارد فانه يقوى عضلاته . قفى أمام نافذتك المفتوحة وقومى بعمل تمرين التنفس كرريه من عشر الى خمس عشرة مرة . سيرى على قدميك واياك والتمرينات الرياضية فانها لا توافقك فى هذه السن .



الغذا

امتنعى عن الاكلات الدسمة وعن التوابل . قللى من الاكل ويقتصر طعام افطارك على برتقالة وليكن غداؤك عاديا مع شئ من الشواء . أما فى العشاء فليكن خفيفا وبدون لحم . خذى بعد ذلك تليو أو بابونج قللى من أكل الحلويات لتحافظى على سلامة أسنانك



ملابسك

لتكن هى أيضا بسيطة ابعدى ما أمكن عن الالوان الفاقعة أكثرى فى الشتاء من لبس الرمادى والكحلى والاسود أما فى الصيف فليكن الابيض . لا تتعطرى كثيرا حتى لا تجلبى اليك الانظار

أجوبتهم تكشف عن جنسهم

تختلف طبيعة المرأة عن طبيعة الرجل في جميع أطوار الحياة وقد لاحظ علماء النفس هذا الاختلاف ورأوا زيادة في الدقة أن يضعوا أسئلة يوجهونها للشبان والشابات ويطلبون اليهم أن يجيبوا عليها بسرعة . ولما قارنوا بين اجابات الجنسين وجدوا أنها تختلف كل الاختلاف بل وتتعارض أحيانا ذلك لان هدف الرجل من الحياة غيره عند المرأة .. ووسائل المرأة غير تلك التي يلجأ اليها الرجل . وها نحن أولاء نقدم الاسئلة واجابات الشبان والشابات عليها . حاولي بدورك توجيهها لاصدقائك من الجنسين لتتأكدي من صحة وجهة نظرنا .





الاسئلة	اجابات الشابة	اجابات الشاب
كم عمرك ؟	تسع عشرة سنة	عشرون سنة
ما هو أهم عمل في الحياة ؟	العثور على زوج محترم	العثور على وظيفة محترمة
ما مثلك الاعلى ؟	السعادة	النجاح في الحياة
هل يمكن أن تحب أكثر من مرة ؟	لا !	طبعاً !
ما المغامرة بالنسبة لك ؟	أن أتزوج من غير جنسيتي	السفر الى بلاد بعيدة
هل تحلم ؟	نعم ، وعندما أكون يقظى !	نعم ، وعندما أكون نائما
هل تحب الطبيعة ؟	وهل يوجد شيء أجمل منها ؟	أحيانا
ما رأيك في معرض السيارات ؟	كم كنت أود أن أشترى سيارة ؟	لم أزره ...
ما هو يومك المفضل ؟	اليوم الذى أشعر فيه بأنى جميلة ؟	انه يوم أجازتي
ما الذى يحدث لو فشلت في الحب ؟	أبكيه طول حياتي	أبحث عن حب اخر
ما رأيك في الفنانين ؟	انهم عظماء	انهم مجانين !
ما هو الحيوان الاكثر نفعا للانسان ؟	البقرة	الحصان ..
من هو مثلك الاعلى ؟	هدى شعراوى	حسن عبد الرحيم
أفضل صفات الانسانية ؟	الرحمة	العدالة
أهم اختراع في هذا العصر ؟	النيلون	القنبلة الذرية
ما هو أحسن عمر في الحياة	عمرى الان	ثلاثون سنة
أحسن مهنة ؟	الامومة	المهنة التي تدر المال
أحسن فضائل الزوجين ؟	تضحية الزوجة ووقار الزوج	اخلاص الزوجة والزوج
ما هي علامة النجاح ؟	حب كبير	سيارة فخمة
ما الشيء الذى يخجلك حقا ؟	أن تنبت حبة على أنفي	أن أسقط على الارض أمام سيدة
ما هو نوع قراءتك ؟	قصص الحب	الجرائد
كيف تستطيع أن تصبح غنيا ؟	بالزواج من غنى !	بربح الجائزة الاولى
من هم الاشخاص الذين يعنيك حكمهم عليك ؟	هو ..	هن !!
هل تفضل جنسك ؟	لا	نعم

بنت النيل اختارت لك



ثوب ومعطف ابتكار كريستيان ديور صانع الأزياء المعروف • وقد أطلق عليهما اسم (السلام عليك)



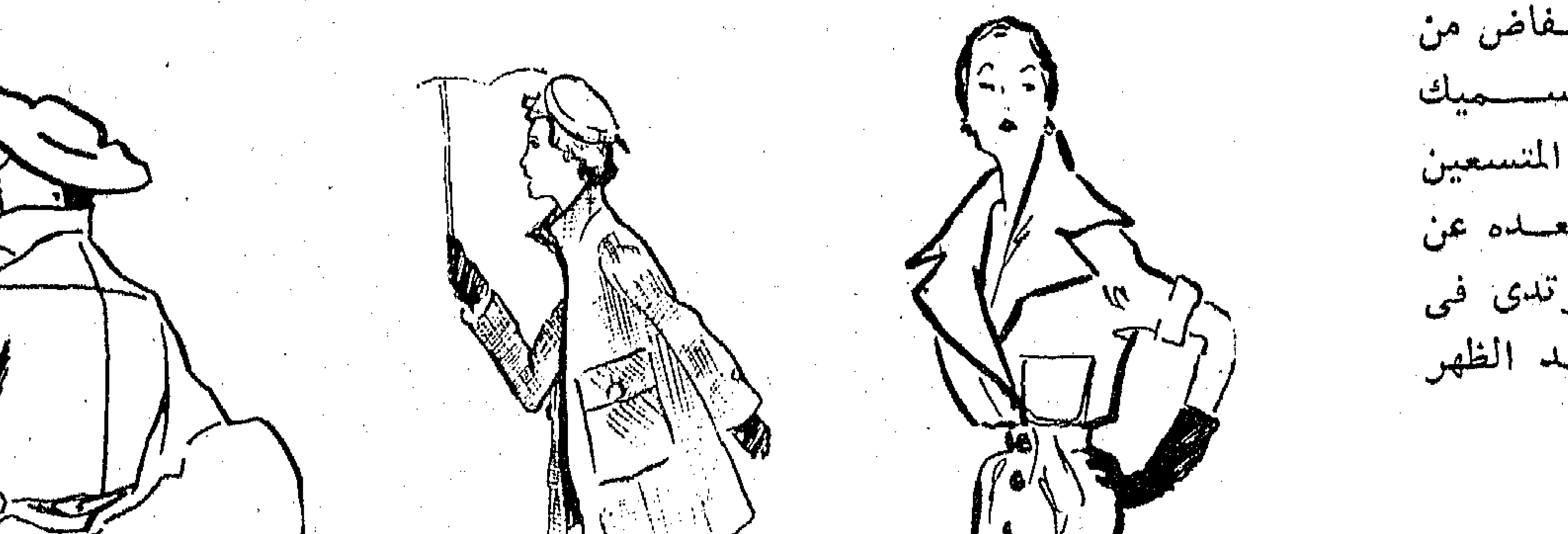
الاناقة :

من منا لا يهدف الى الاناقة ولا يعمل لها؟ ومن منا لا يعجب بالاناقة؟ ان بنت النيل دأبت منذ اللحظة الاولى لانشائها على الاخذ بيد قارئاتها وافهامهن الاناقة كما يجب أن تكون •

ان الذى يدعونا الى التحدث عن هذه المسألة اليوم هو عدم فهم بعض سيداتنا للاناقة • فهن يبالغن أحيانا فيها فتنقلب الى الضد وتصبح عيبا بدلا من أن تكون صفة • وقد حدثتنا سيدة يشهد لها بالذوق السليم فقالت ان المبالغة فى الاناقة أو التأنق هى قلة الذوق بعينها • والاناقة لا تشمل الملابس فقط بل تتعداها الى الماكياج وغيره من الاشياء التى لا بد للمرأة من أن تستعين بها • ان لكل ثوب وقته وظرفه الذى يلائمه • فان كنت خارجة فى الصباح فلا داعى أبدا لارتداء الاقمشة اللامعة البراقة أو القطيفة التى لا تصلح الا لزيارات المساء أو للمقابلات الرسمية • فكرى يا سيدتى قبل أن ترتدى ملابسك حتى لا يذهب تعبك أدراج الرياح •



معطف فضفاض من
الصوف السميك
يمتاز بكميه المتسعين
وببساطته وبعده عن
التكلف . يرتدى فى
الصباح وبعد الظهر



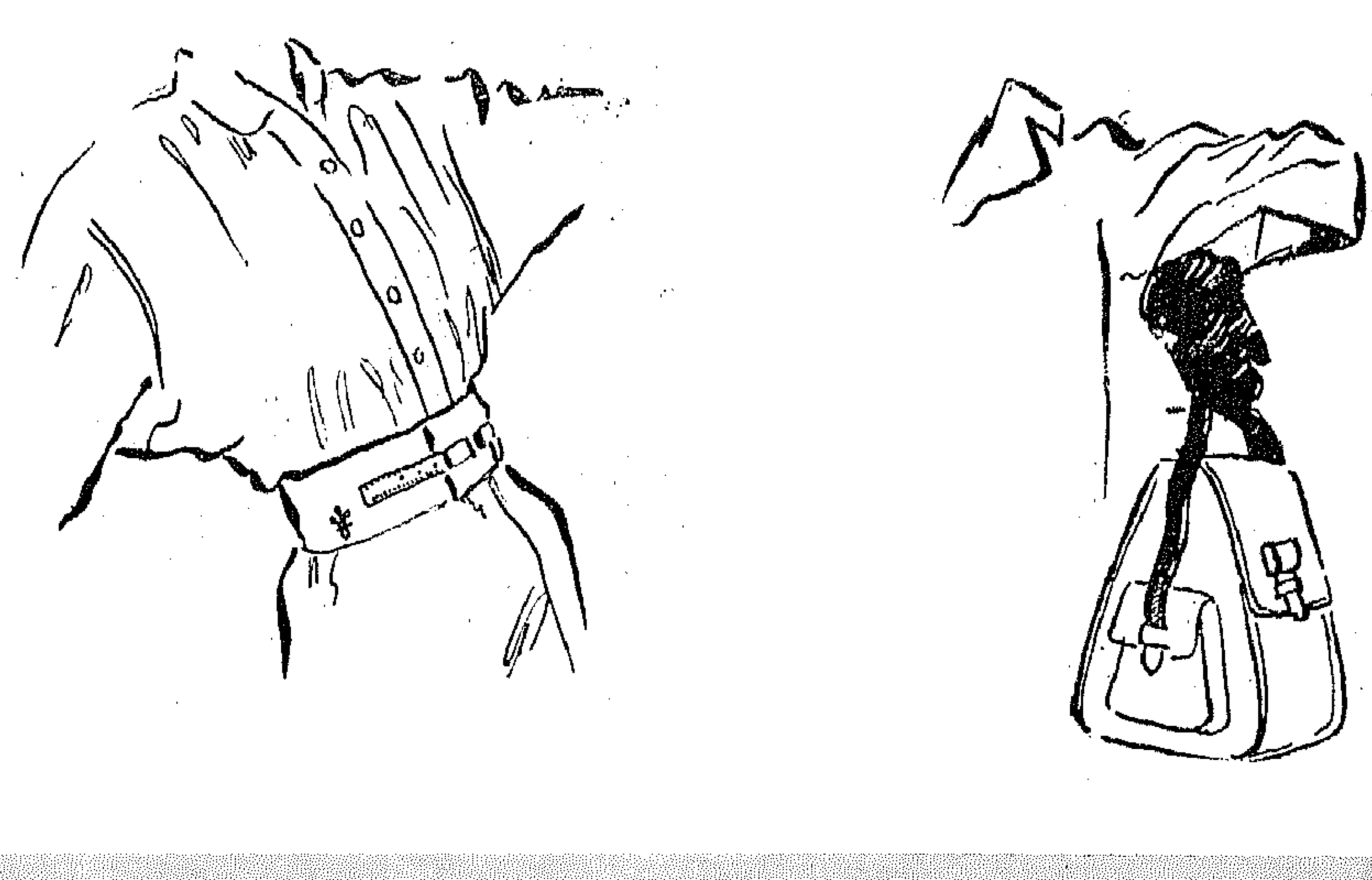
ابتكرت مدام كارفن
صانعة الازياء هـــذا
التايير الانيقالمصنوع
من القطيفـة الرمادية











معطف من القماش السميك الاسود ذى الوبر الطويل وفستان من الكريب الاسود · المعطف مبطن بالساتان الاصفر الباهت · والقبعة من التوب الذهبى المطفأ· ابتكار سكيابارللى



أطلقت صانعة الازياء الباريسية الشهيرة مدام كارفن على هذا الفستان اسم « بريجيت » وهو من الصوف الكحلى بكمين كيمونو يضيقان عند المرفقين ويمتاز الذيل باتساع



فستان لبعد الظهر ابتكار كريستيان ديور

من الصعب أن نحدد اتجاهات الموضة هذا الشهر ذلك أننا ما زلنا فى فصل الشتاء وسنظل كذلك الى أن يطلع علينا ملوك الموضة بدستورهم الجديد، وعلى أى حال فاننا نستطيع أن نجزم بأن الخطوط المائلة سيظل معمولا بها ٠٠٠٠

كذلك المغالاة في استعمال الازرار والايشـــاربات التي تعتبر جزءا لا يتجزأ من الفستان نفسه • واذا انتقلنا الى المعاطف رأينا أنها لعبت دورا هاما هذا الموسم الى درجة أنها أصبحت متسعة فضفاضة ذات أكمام عريضة جدا وظهر ضخم • أما الجونيلات فانها تميل الى الضيق أكثر من ميلها الى الاتساع • وعلى العموم فان الثوب يشبه الى حد بعيد غمد السيف لضيقه خاصة عند الخصر •



ثوب للسهرة يقدمه كريستيان ديور



أطلقت كارفن على هـــذا الزى اســـم (الاميرة الفارسية) وهو فستان للسهرة يتكون منجونيلة من الصوف الاســـود وكورساج من الصوف ·

لا نستطيع أن نتكلم عن فساتين السهرة دون أن نتعرض لمجموعة الحلى التى تقدمها لنا محال المجوهرات الصناعيةبباريس · ويبدو أن البرلانت هو موضة الموسم بلا أدنى نزاع خاصة اذا صاحب الفراء · أما البلاتين فهو سيد الموقف هذا العام بحيث لا توجد حجرة كريمة دون أن يحيط بها احاطة السوار بالمعصم · ولنصـــعد الان الى الرأس لنشاهد التغييرات التى حدثت لها · لقد صف الشعر ونظم بحيث يلائم جميع الظروف

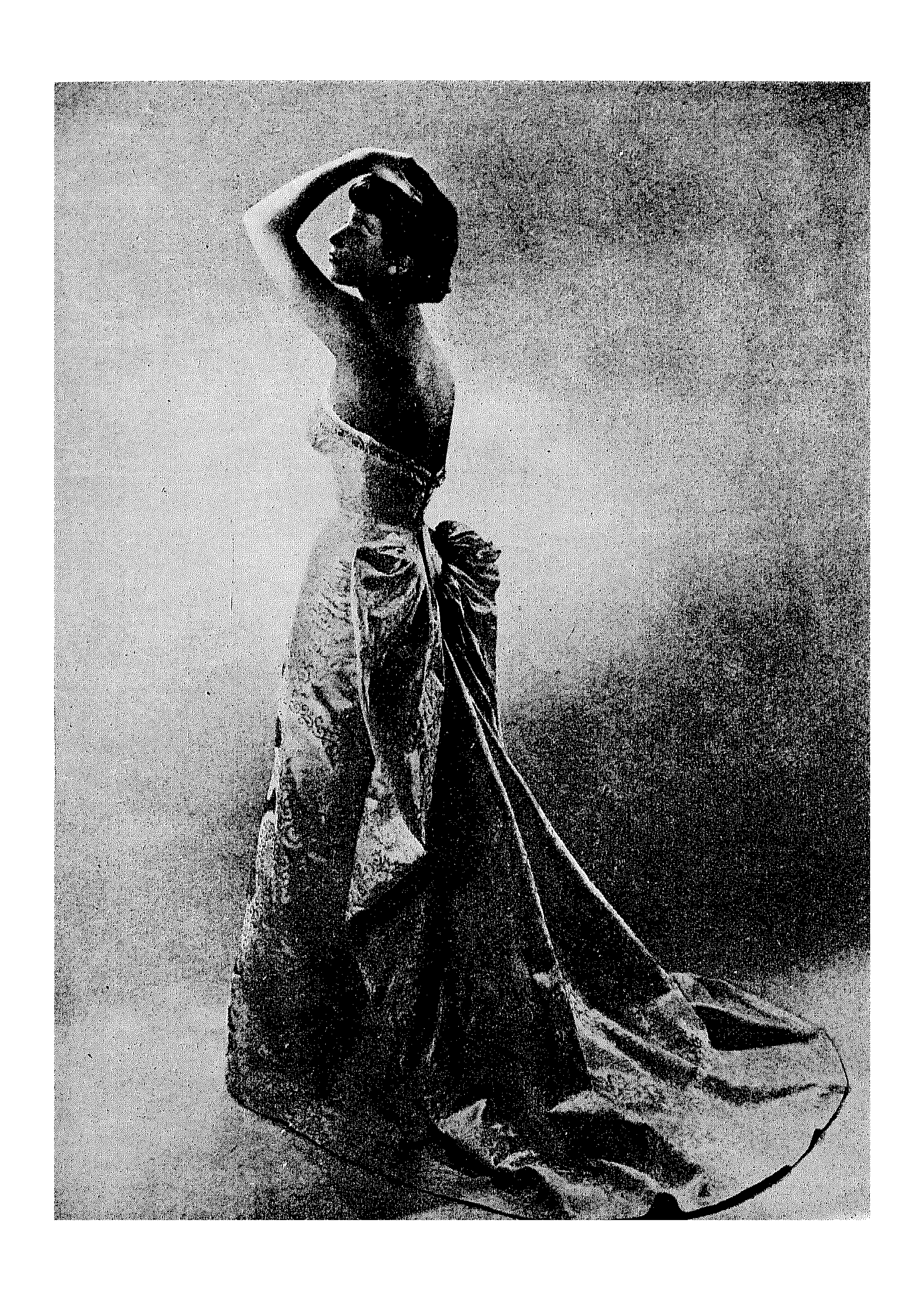


يقدم سكيابارللي هــــذا الفستان من التـــــول الابيض والساتان الابيض ويمتاز بقصره من الامام بحيث يبــدو من الخلف وكأن له ذيــلا طويلا ٠

مهما اختلفت ٠ وبفضل القصة الجديدة بدت الرأس صغيرة والشعر قصيرا أو طويلا حسب ما تشتهى صاحبته وفى النهار وتحت القبعات يجمع الشعر على شكل رولو على الرقبة ٠ أما فى المساء فلا بد من رفع الشعر قليلا من على الرقبة وله بحلية من الحلى التى سبق أن تحدثنا عنها لتبدو الرقبة خالصة من كل شائبة تشوبهــا فوق الديكولتيه ٠

لا تستطيع امرأة مهما بلغت من كمال أن ترتدى لونها المختار طول الحياة · وان وجدت مثل هذه الامرأة فانها بلا شك ستدخل الملل على نفسها وعلى زوجها · ذلك ان الازواج ميالون بطبيعتهم الى التغيير فان احتفظت زوجاتهم بطابعهن الخاص نفروا منهن · وأرجو ألا يأول البعض كلامى هـذا على أنه تحريض للسيدات على تفصيل أكبر عدد ممكن من الاثواب ··

كلا اننى لا أقصد ذلك اطلاقا ! بل كل ما أريده هو أن تحاول السيدة فى أول كل موسم أن تخرج عن المعتاد المألوف وأن تتعلم كيف تضع على فستانها الكحلى الذى مضى عليه أكثر من سنتين قطعة الموسلين المربعة أو كرافاتة أو حزام أو زهرة الكامليا ··· ان هذه الاشـياء الصغيرة تغير شكل الفستان وتضفى عليه طابعا جديدا ··



فستان للسهرة من الساتان البروشيه الابيض ابتكار كارفـن

وفى كل موسم يبتكر أصحاب مصانع النسيج ألوانجديدةلاغراء السيدات علىالشراء وقلما تسلم السيدة **منحبائل** هؤلاء الصناع الماكرين ان كل الالوان التى ظهرت أخيرا فىالسوق جميلة فاذا وقع اختيارك على واحد منها وجب أن يتفق مع لون بشرتك ٠

ان اختيارك للون من الالوان يكشف عن شخصيتك وذوقك**عند ما تلبسين فستانا أزرق** : ان كان لون عينيك رماديا أو أزرق أو أخضر ضعى قليلا من الازرق على حافة العين وضعيلونا أزرق على رموشك ٠ لا تكثرى من الاحمر ان كان لون الفستان الذى تلبسينه أزرق فاتحا ٠ أما ان كنت مرتديةفستاناكحليا فعليك باتباع ما أشرنا به عليك فى حالة ارتدائك فستانا أسود ٠



فستان آخر للسهرة ابتكار سكيابارللى وهو من القطيفة السوداء والتول

خلف الكواليس



وعلى خشبة المسرح

ما رأيك يا سيدتى فى هذه الفتيات الصغيرات : أولاهن فى الخامسة والثانية فى العاشرة والثالثة فى الخامسة عشرة ..

ألسن جميلات ؟.. لا شك فى أن واحدة منهن فى سن ابنتك.. ابنتك التى تحبينهـــا من كل قلبك وتتمنين لها أن تكون فى نفس أناقة ونظافة هذه الفتيات ..

أوه ... لا تيأسي ... يا سيدتى ...

ان هذه الاناقة التى ترينها هى لخشبة المسرح فقط ...

آه لو رأيتهن وراء الكواليس .. ان واحدة منهن لن تختلف عن ابنتك .. ابنتك العزيزة (الشقية) !

جرسيه جميل

اليك يا انستى طريقة عمل بول اوفر يلائم سنك ، انه بسيط جدا ولا يكلفك شيئا • فبادري بشراء لوازمه ثم ابدئى عمله •



٣٠٠ جرام من الصوف و٤ فتلة وابر نمرة ٢ ، سوسته طولها ٢١ سم •

الامام :

ابدئى ١٣٠ غرزة • اشتغلى ٥ر٩ سم أستك (غرزة عدل وغرزة مقلوب) ثم اطلعى بغرزة الجرس (سطر عدل وسطر مقلوب) زودى كل ٨ر١ سم غرزة من كل ناحية (عشر مرات) • بعد ١٩ سم من الاستك احردى الباط كالاتي :

٨ غرز من كل جهة ثم ٦ غرز وغرزتين • بعد ٢٧ سم من الطول الكلى اقسمى الشغل قسمين • اشتغلى كل جانب على حدة ثم انقصى كل ٥ر١ سم غرزة من على اليمين • بعد ١٨ سم من حردة الباط ابدئي بحردة الكتفين اقفليها على ثمانى مرات •

الخلف :

ابدئى ١٢٠ غرزة • اشتغلى ٥ر١ سم استك ثم أكملى بغرزة الجرس • وزودى من كل ناحية ٥ر١ سم غرزة (١٠ مرات) • بعد ١٩ سم ابدئى بحردة الباط ٢ غرزة (ثلاث مرات) • اقسمى الشغل قسمين واشتغلى من كل جهة ٣ غرز عادية (برصل) • بعد ١٨ سم من حردة الباط اقفلى الاكتاف (٥٠ غرزة لكل كتف) على ٢٢ دفعة • بعد تاسع دفعة احردى الرقبة من جهة الفتحة كالاتى : ٩ غرز ثم ٥ غرز كل سطرين (مرتين) •

البقية ص ٤٦

ساهمى فى النهضة النسائيه

تطوعى فى حركة اتحاد بنت النيل

لمكافحة الامية بين النساء

الى صديقات وأصدقاء

بنت النيـــل

عندما عزمت منذ أكثر من خمس سنوات على اصدار (بنت النيل) قال لى أحد كبار الصحفيين المصريين فى تهكم واضح :

ـ لا تنسى أن كثيرين حاولوا اصدار مثل هــذه المجلة ولكنهم فشــلوا ٠٠ فشلوا فشلا ذريعا ٠٠

ولكنى لم أعبأ بهذا التهكم وأصدرت بنت النيل معتمدة على الصداقة القوية الصريحة التى تربطنى بمواطناتى ومواطنى الاحرار ونجحت بنت النيل وصارت رسـول الثقافة والمتعة لكل أسرة ٠

وهكذا تطورت بنت النيل من مجرد فكرة ، الى أسرة مجندة فى سبيل خدمة الاسرة الكبرى ٠٠ الوطن

ومن هنا كان احساسنا بمسئولياتنا احساساواضحا سليما يدفعنا دائما الى العمل المنتج ٠

واليوم يسرنى ان أقدم لكم أحد أعمالنا المنتجة لعام ١٩٥١ وهو قسم الخــدمة العامة الذى أنشأناه حديثا وأسندت رياسته الى صحفى شاب هــو الاستاذ لطفى الخولى المحامى وسيتولى هذا القسم ببعض الخــدمات الاجتماعية الهـامة

ويقوم هذا القسم الان باعداد أول مشروعاته الكبيرة وهو تنظيم رحلات تثقيفية وترفيهية للشباب الجامعى حول وادى النيل ثم حـول العالم كله بمصاريف زهيدة لا تزيد على ١٥٠ قرشا بحال من الاحوال اننا لا نريد أن نقول اننا نجدد فى رسـالة الصحافة المصرية ونتطور بها نحو خدمة الشعب خدمة حقيقية ولكنا نريد أن نؤكد صداقتنا الصريحة لمواطناتنا ومواطنينا الاحرار ٠٠

رئيسة التحرير

دعينا نحل مشاكلك

بريد المشاكل هذا الشهر يكشف فى وضوح عن العقد النفسية التى تكمن فى أعماق مجتمعنا المصرى ٠ وسأحاول خلال عرضى لمشاكل الاصدقاء والصديقات أن أناقش بعض هذه العقد ٠

• المشكلة الاولى هى «الحائرة خام »

فى الثالثة والعشرين من عمرها تعيش فى كنف أخيها الذى هو الان ولى أمرهـا ويتقدم اليه شبان كثيرون يطلبون يد أخته ولكنـــه يرفضهم جميعا بحجة انهم لا يحملون شهادات عالية ٠

وعلى فكرة «الحائرة الخام» من أسرة متيسرة حائزة دبلوم الفنون الطرزية وجمالهـا متوسط مشهود لها بالخلق الطيب ثم هى بعد ذلك تخاف أن يفوتها قطار الزواج وهى الان حائرة بين اثنين أحدهما موظف بمحل جواهرجى رأته مرة واحدة فقط وأعجبت به وتظن أنه خريج التجارة المتوسطة والاخر قريب لها ويحمل البكالوريا والاثنان بعد ذلك لا تعـرفهما أدنى معرفة وهى حائرة أيهما تختار ٠٠٠

ياعزيزتى الحـائرة ان الزواج ليس مسألة صدفة بل هو معرفة لحالة الشريك الاخر الاجتماعية والاقتصادية والفكرية معرفة تامة ٠٠ وثقى ان المستقبل للشاب الطموح ذى الفكر المنطقى والاخلاق القوية ٠٠ ونصيحة أخرى لا تسيىء الظن بأخيك أو بالناس الى هذا الحـــد الذى يبذر اليأس والحيرة فى نفسك

• والمشكلة الثانية لنازك ع٠ التى تعيش مع حيرتها بالمحلة الكبرى

نتيجة موقف ابن عمهـا معها الذى سبق ان حاول التزوج منها وهى فى الثالثة عشرة ولكن أهله أسرعـوا بتزويجه بسيدة تكبره بحوالى ١٩ عاما تحت تهديد الحرمان من الميراث والان وقد آل اليه كل شىء ولم ينجب من زوجته فهو يبغى الزواج من نازك ولكن بعد عام ٠٠ ولما كانت نازك تعتقد فى أنها ستعيش معه ســعيدة فانى أنصحها بأن تنتظر هذا العام ولن يضيرها هذا التأخير فى شىء فهى لا زالت صغيرة السن بل ان هذا التأخير قد يكون نافعا اذ ستكون الفرصة مواتية لبحث موضوع الزواج الجديد بحثا عقليا سليما بعيدا عن العواطف الطارئة ٠

• ومن بغداد يأتى الينـا صوت مضطرب حائر ليلى ٠د ٠ س يقول بالحرف الواحد:

انى فتاة حائرة جدا أبلغ من العمر ١٤ سنة ولقد حدثت لى تغيرات طارئة فأصبحت خائفة وجلة أعيش فى جو من الغموض والابهام ولشد ما كانت دهشتى عندما رأيت هذه المظاهرة الجديدة للمرة الاولى فى حياتى ٠ أخذ القلق يستولى على والاضـطراب والخوف يشع فى نفسى ولان لم أبح بسرى لوالدتى لشدة خجلى وخوفى واضطرابى الشديد ٠ وهل يحدث هذا لكل فتاة ٠٠ اننى فى قلق لعلى أجد عندكم النصـــح والارشاد ٠٠

وأظن ان المعنى الذى أخفاه خجل ليلى بين السطور مفهوم ٠٠ وهذه الحيرة التى تملكتها هى فى الواقع الازمة التى تمر بشبابنا الشرقى فتيان وفتيـات فى مرحلة البلوغ دون أن يكون هناك

خطاب مفتوح :

الى حضرة الزوج المحترم

جاءنا خطاب دامع من (ن٠ ع) بحى الخليفة يقول :

تحية وتقديرا واحتراما الى صديقتى العزيزة بنت النيــل ٠٠

أعرفك يا سيدتى أنى فى الثـــلاثين من عمرى وزوجى فى الخامسة والثلاثين وانه من طبقة راقية جدا جدا ومتعلم وآخد توجيهية من عشرين سنة وأنا أنجبت منه طفلين الاكبر فى سن سبعة والاصغر فى الرابعة وصناعته مقاول تبع الاشـغال القروية وأنا قضيت عشر سنوات معه لم يتأخر فيها لاى طلب لى أو لاطفالى ولكن كل ما يطلب منى حاجة أمام الضيوف أو الاقارب يقول لى : يا بنت ال ٠٠٠ عاوز كذا يا بنت ال ٠٠٠ هاتى كيت ٠

وعند ما يطلق هذا اللفظ أتأثر كل التأثر فى نفسى وأنا أرجو من صديقتى بنت النيل أن تقول له كلمتين فى العتاب من أجل أن يمتنع عن هذه الالفاظ النابية علما بأنى قائمة بجميع طلباته على أكمل وجه ٠٠

بنت النيل : والان ما رأى حضرة الزوج المحترم !

اهتمام وتوجيه من جانب الاسرة وتفهيم الاولاد أن هذه مرحلة جديدة في تطورهم ونموهم .

ياعزيزتي ليلى .. هذا شيء عادي يحدث لكل فتاة .. حدث لامك ولجدتك من قبل استقبلي الامر ببساطة وصارحي والدتك بالامر وعندئذ ستختفي حيرتك ويذهب اضطرابك .

• ومن احدى قارئات بنت النيل بشبرا حمل البريد خطابا دامعا يقول :

من حياتها عبارة عن عقدة نفسية كبيرة نتيجة لقصر قامتها التي لا تتجاوز ١٤٠ سم وهي بحكم أنها متعلمة تعليما عاليا تواجه المجتمع دائما بهذه القامة التي تسد في وجهها الابواب وهي لا زالت في العشرين من عمرها

يا عزيزتي كفكفي دموعك وابتسمي للحياة فان العلم الحديث يقف الان بجانبك ويؤكد لك أنه لا زالت أمامك خمس سنوات .. خمس سنوات طوال تستكملين فيها نموك .. ولعله من الافضل أن أنصحك باستشارة طبيب فقد يعطيك حقن كلسيوم أو يدلك على بعض الالعاب الرياضية اللازمة ثم أريد أن أقول لك شيئا .. لماذا كل هذا العبوس في وجه الدنيا انك لا زلت شابة والمجتمع يتطلب لنجاح أي شابة الثقافة الواسعة والشخصية القوية والنفس المرحة وأعتقد انك تحملين كل هذه الاسلحة فضلا عن الخمس سنوات التي ستعطيك الفرصة لتكوني في طول « النخلة » ويومها سيحمل الى البريد خطابا تشكين فيه من طول قامتك ..

• **والقارئة ١٠ف٠س بالغابة شرقية تقول عن نفسها :**

انها سيدة متزوجة من عائلة كبيرة أحبت رجلا غير متزوج من بغداد واستمر حبهما معا أربع سنوات وفجأة تركها دون سبب وسافر الى بغداد وهي تعبر عن حالتها الان فتقول بالحرف « وهأنذا بعد سفره أعيش كالمجنونة .. مشغولة جدا لا أستطيع الشغل بمنزلي ولا يمكنني أقابل أصحابي ولا الخدمة لاولادي » .. سيدتي ارجعي الى بيتك الى زوجك الى أولادك ابحثي جيدا في أعماق هذا الجو العائلي فستجدين حتما بعض المشاكل المعقدة البغيضة الى نفسك لم تحاولي حلها فهربت منها الى هذا الحب الغريب ... ابحثي وسوف تعثرين عليها وحاولي أن تمليها لعقلك وقلبك معا وعندئذ سوف تنسين هذا الحب الطارىء وتجدين بيتك جنة وزوجك ملاكا وأولادك يمرحون في سعادة وهناء .



بهذه التمرينات يذوب الشحم

من عادة سيداتنا ان شعرن بوطأة الشحم عليهن أن يسارعن الى أول مدلكة يطلبن اليها أن تشفيهن من هذا الداء الوبيل ولكنهن لا يفكرن اطلاقا فى علاج آخر لا يكلفهن الا عشر دقائق أو خمس عشرة دقيقة من وقتهن كل يوم يقضينها فى التمرينات الرياضية ٠٠ تمرينات كهذه التمرينات مثلا ٠٠

التمرين الاول

قفى معتدلة ثم ميلى بجذعك الى الخلف والمسى الارض أو بطن الساق بيدك اليمنى بينما تمتد يدك اليسرى الى الامام وتتأخر ساقك اليمنى الى الخلف ٠ عودى الى نقطة البدء وكررى التمرين من اثنتى عشرة مرة الى خمس عشرة مرة مع تغيير الساقين واليدين ٠

التمرين الثانى

اركعى على ركبتيك مع رفع الذراعين الى أعلى وثنى اليدين ٠ اجلسى ببطء على كعبيك مع ثنى الجذع الى الى الامام ٠ المسى الركبتين بالجبهة وارفعى الذراعين الى أعلى ٠ عودى الى وضعك الاول ٠ كررى هذا التمرين من ٢٠ الى ٢٥ مرة ٠ أزفرى عند ثنى الجذع واشهقى عند رفعه

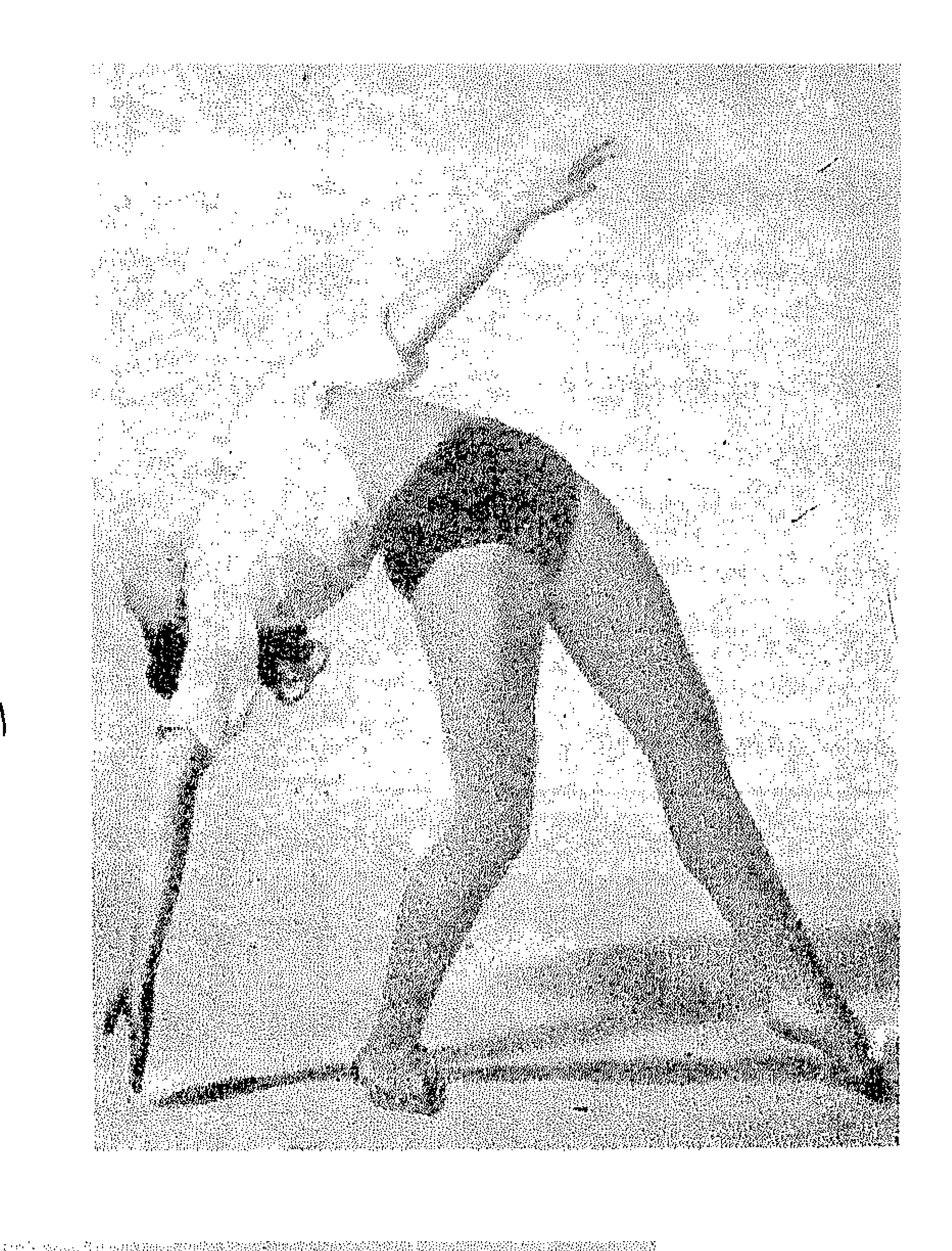
التمرين الثالث

استندى برقبتك وكتفيك ومرفقيك الى الارض وارفعى بقية جسمك رأسيا الى أعلى اثنى ركبتك اليمنى الى أن تصل الى صدرك بينما تظل ساقك اليسرى مشدودة الى أعلى ٠ اعكسى الوضع ٠٠ قومى بهذا التمرين من ٦٠ الى ٨٠ مرة ٠

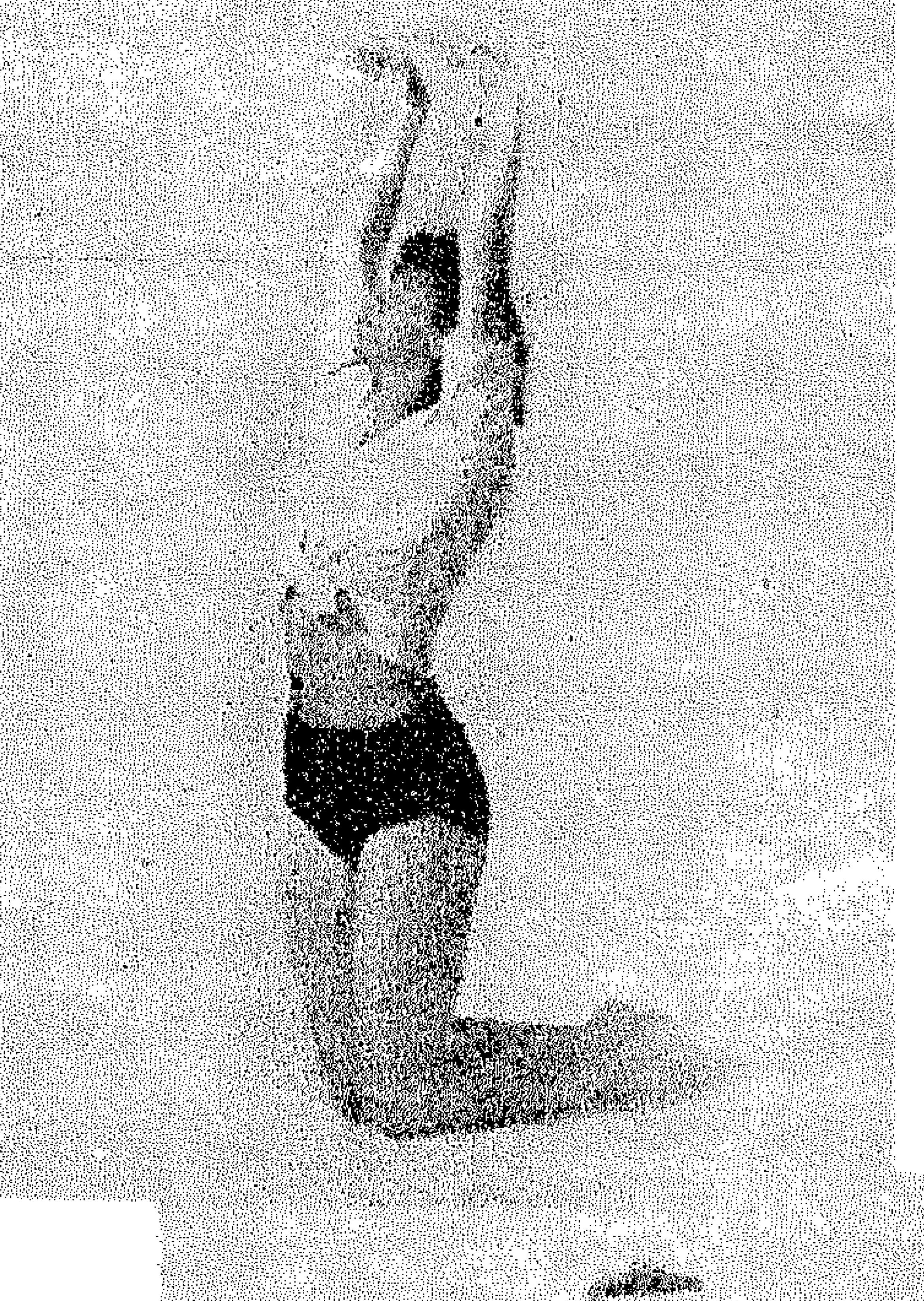
التمرين الرابع

استلقى على ظهرك مع فرد الذراعين على الجانبين ٠٠ ارفعى ساقيك الى أعلى مع ضمهما جيدا لتتعامدا مع

البقية ص ٤٦

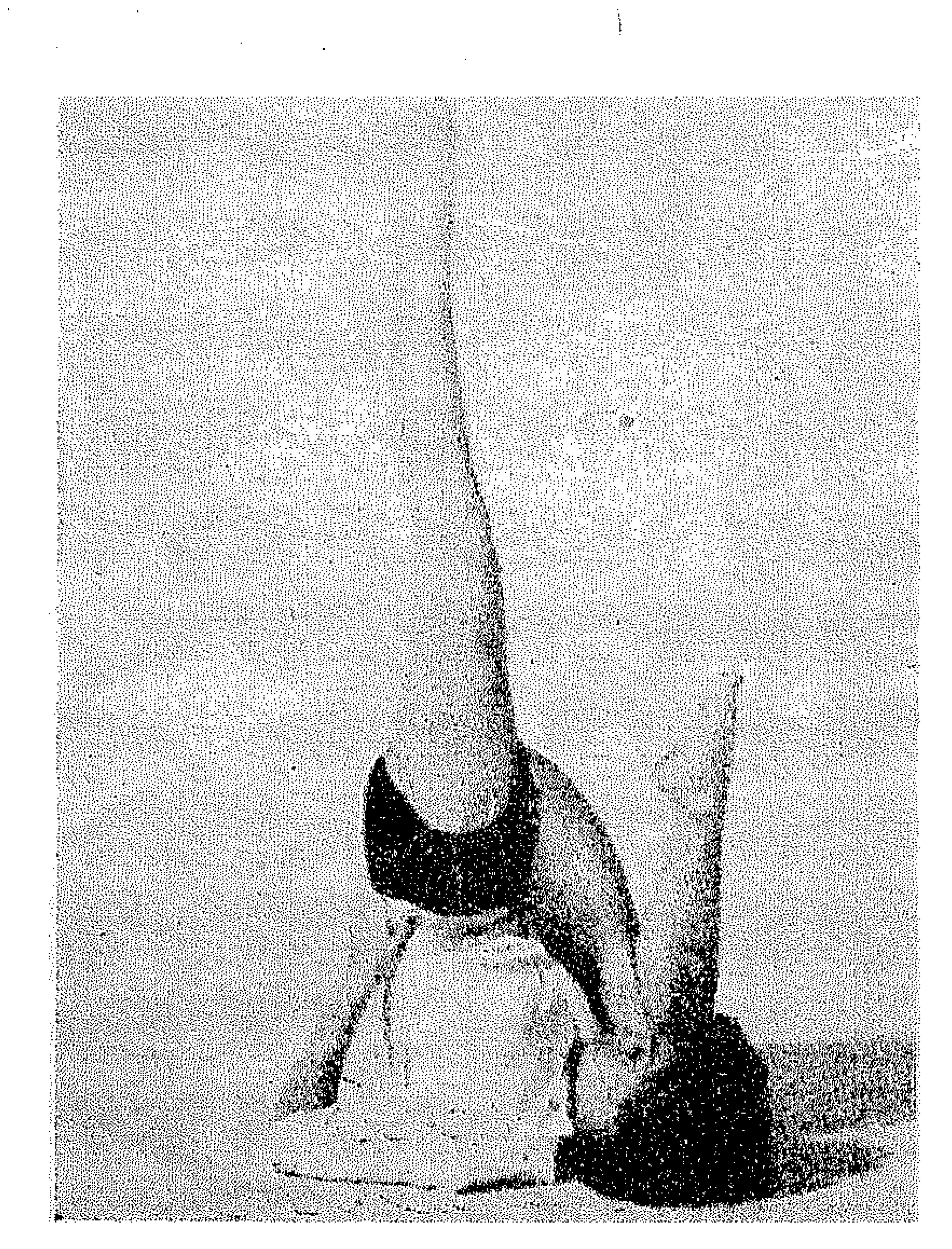


١





٢



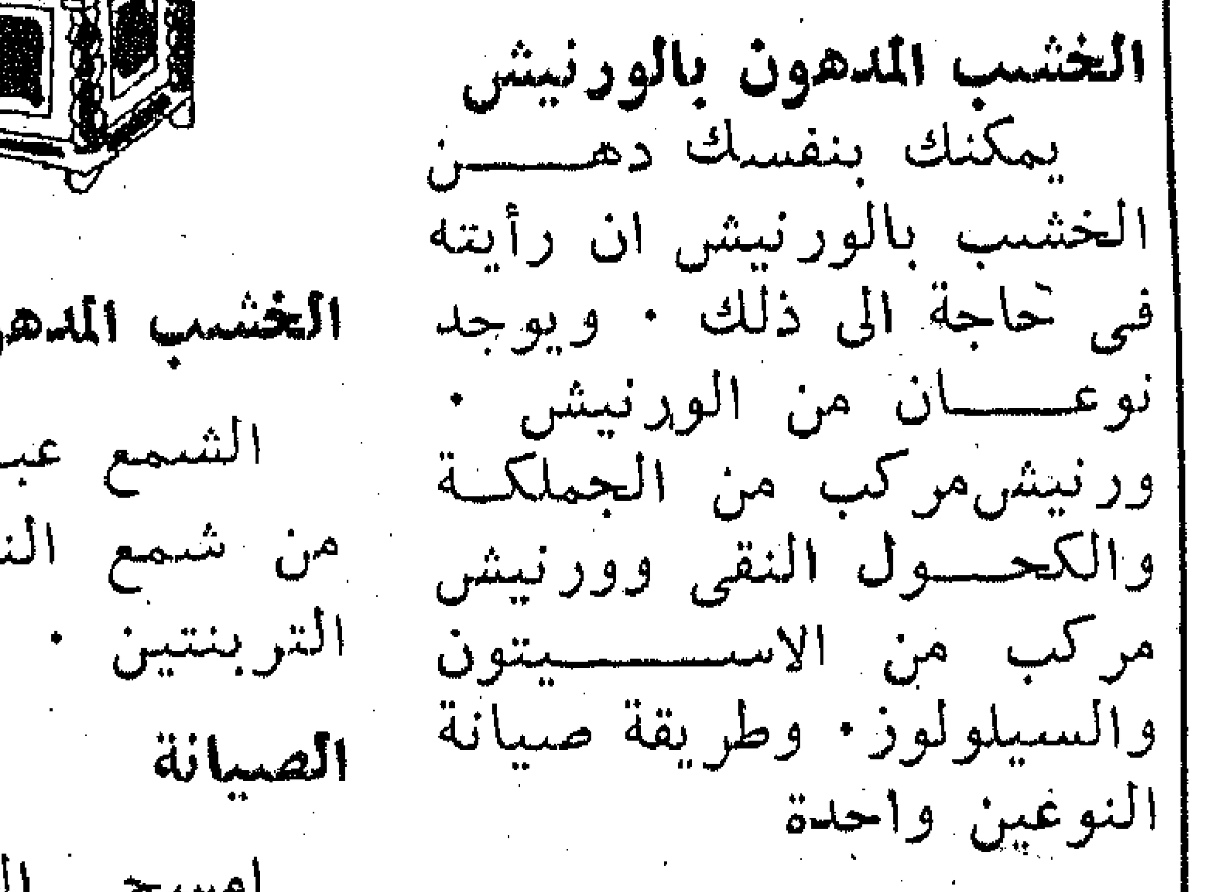
٣

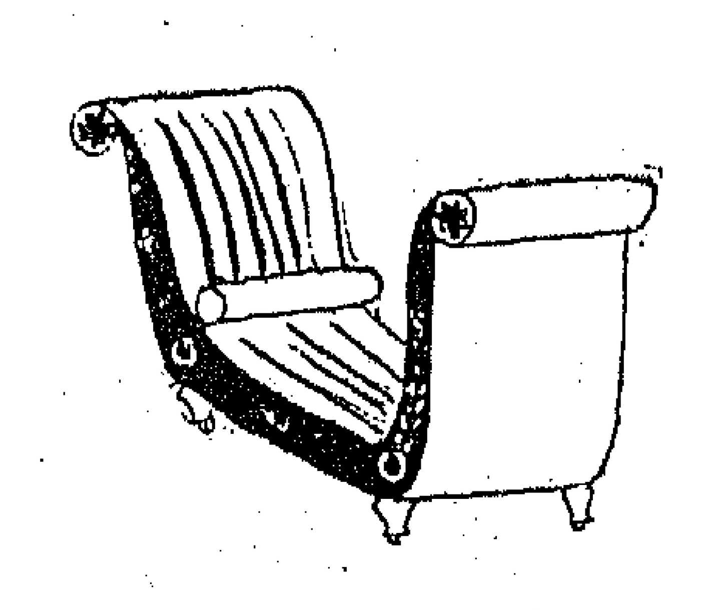
أثاثك كيف تنظفينه ؟

الخشب المدهون بالورنيش يمسح بالحرير أما الخشب المدهون بالشمع فيمسح بالصوف . ان لكل نوع من الخشب طريقة خاصة لمسحه أو لتلميعه . لقد طلبت بنت النيل الى أحد صانعى الاثاث المشهورين أن يصف لقارئاتها الطريقة السليمة لتنظيف الاثاث وقد أجابنا الى طلبنا وها نحن أولاء ننشره على القارئات .

الخشب المدهون بالورنيش

يمكنك بنفسك دهن الخشب بالورنيش ان رأيته فى حاجة الى ذلك . ويوجد نوعان من الورنيش . ورنيش مركب من الجملكة والكحول النقى وورنيش مركب من الاسيتون والسيلولوز . وطريقة صيانة النوعين واحدة





الصيانة

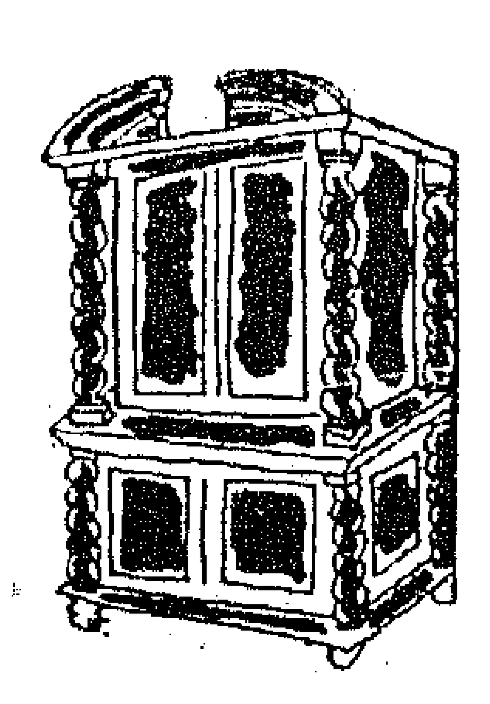
امسحى الخشب يوميا بقطعة من الحرير

ونظفيه سنويا بالطريقة الاتية : ادعكيه بمزيج مركب من نصف محلول تربنتين ونصف زيت الكتان . اتركيه يجف وادعكيه ثانية .

اياك ودهنه بالشمع فان الشمع يكون طبقة من الدهن ويطفىء بريق الخشب .

ازالة البقع :

ان كانت بقعة ماء فيمكن ازالتها بدعكها طويلا بخرقة ناعمة . وان كانت البقعة متخلفة عن محلول مسكر اغسليها بماء دافىء وجففيها بقطعة من ورق النشاف ثم ادعكى بخرقة . أما البقع الاخرى فادعكيها بزيت الكتان .



الخشب المدهون بالشمع

الشمع عبارة عن مزيج من شمع النحل ومحلول التربنتين .

الصيانة

امسحى الخشب يوميا بقطعة جافة من الصوف السميك .

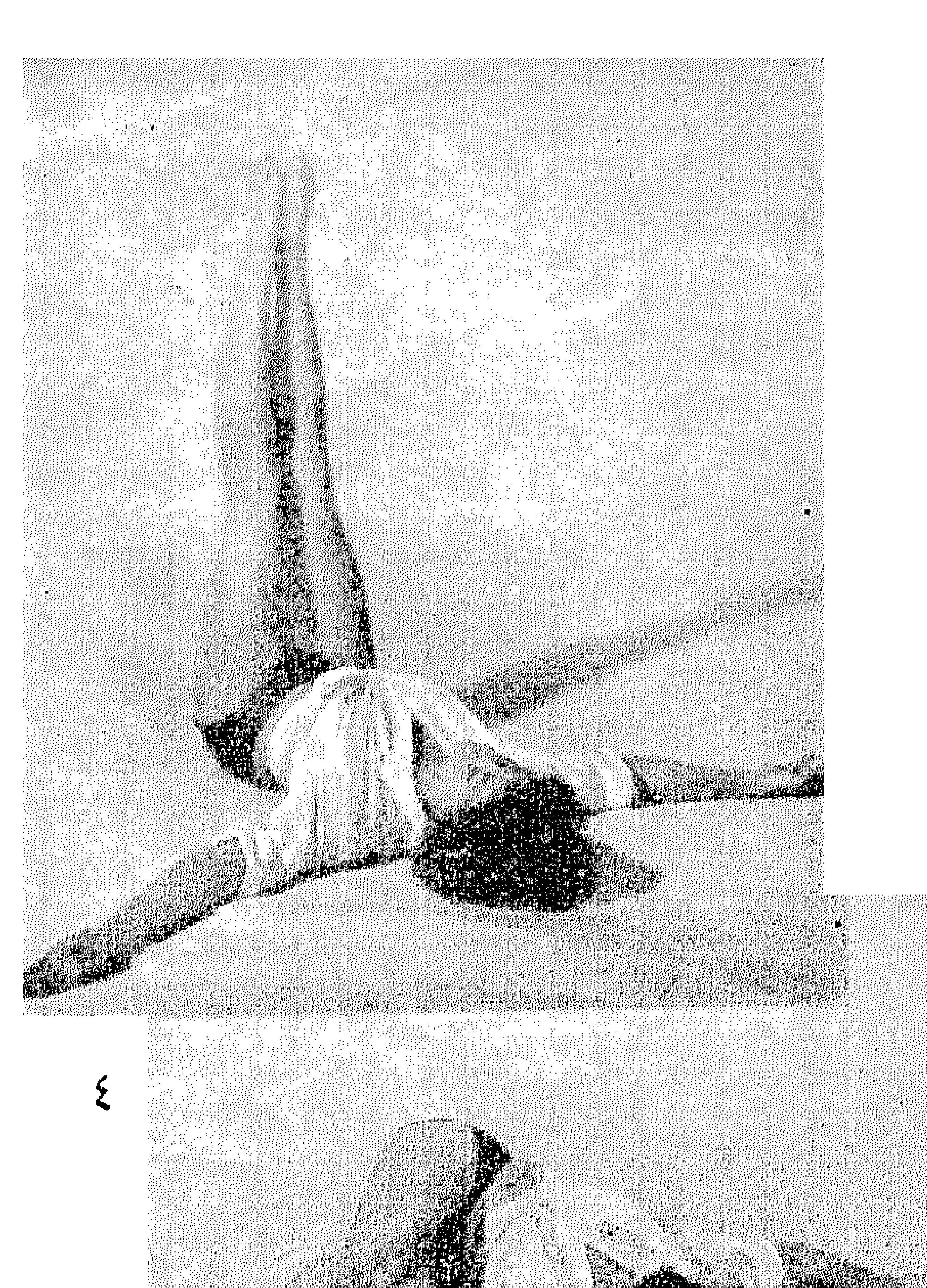
ويستحسن اضافة طبقة من هذا الشمع شهريا باذابته فى محلول التربنتين . بعد اضافة بضع نقط من الليمون

ازالة البقع

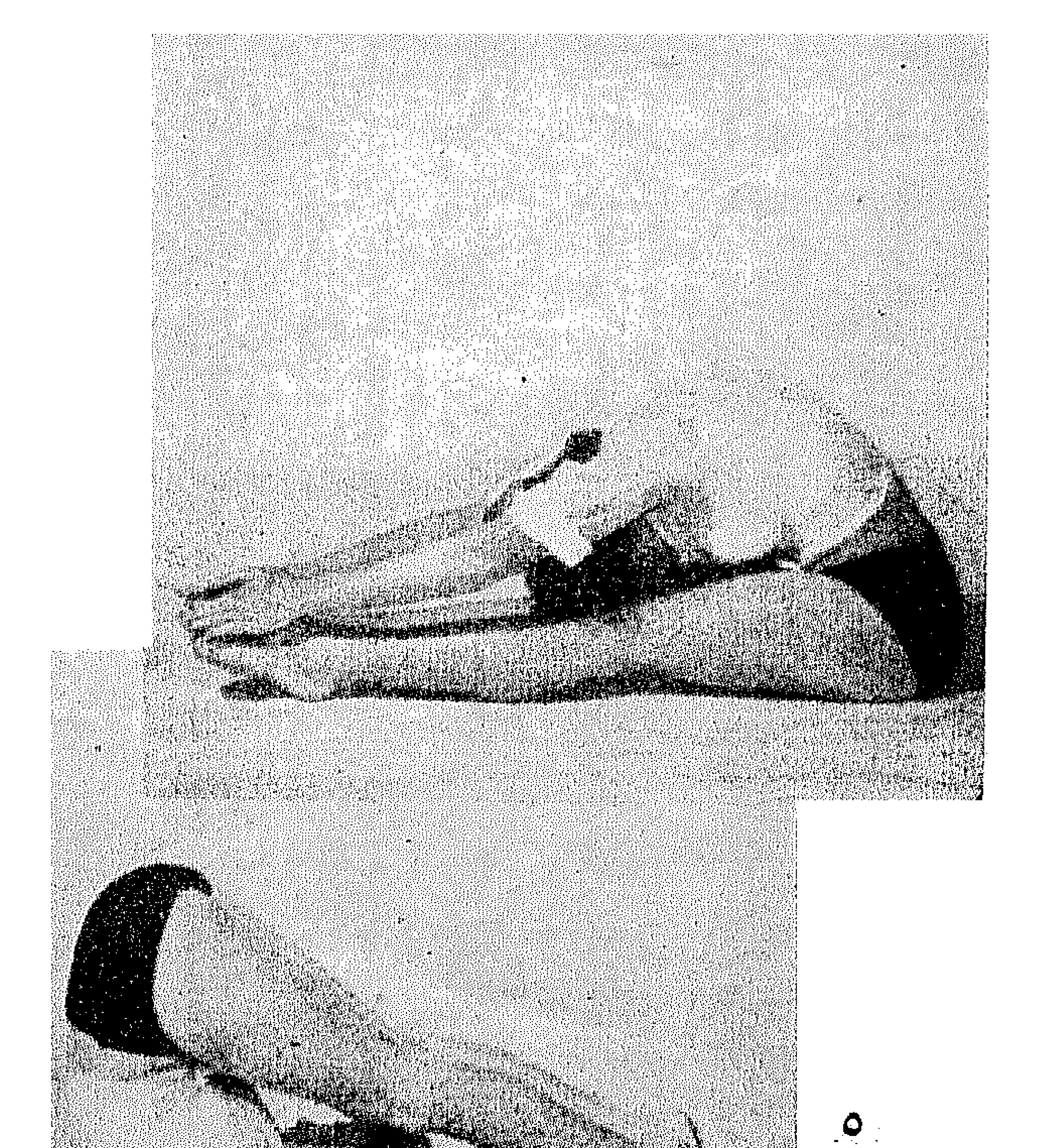
ان كانت بقعة ماء أو قذارة ذباب فيمكن ازالتها بالدعك بقوة بقطعة من الصوف أو بفلينة . ويمكن أيضا ازالة الشمع من البقعة وحولها بالدعك بمحلول التربنتين . ضعى بعد ذلك طبقة جديدة من الشمع .

ملحوظة :

لا تضعى الخشب المدهون بالشمع فى الشمس لانها تجعل التربنتين يتبخر وان كان لا بد من تعريض هذا النوع من الخشب للشمس فيجب دهنه بالشمع كل خمسة عشر يوما .



٤



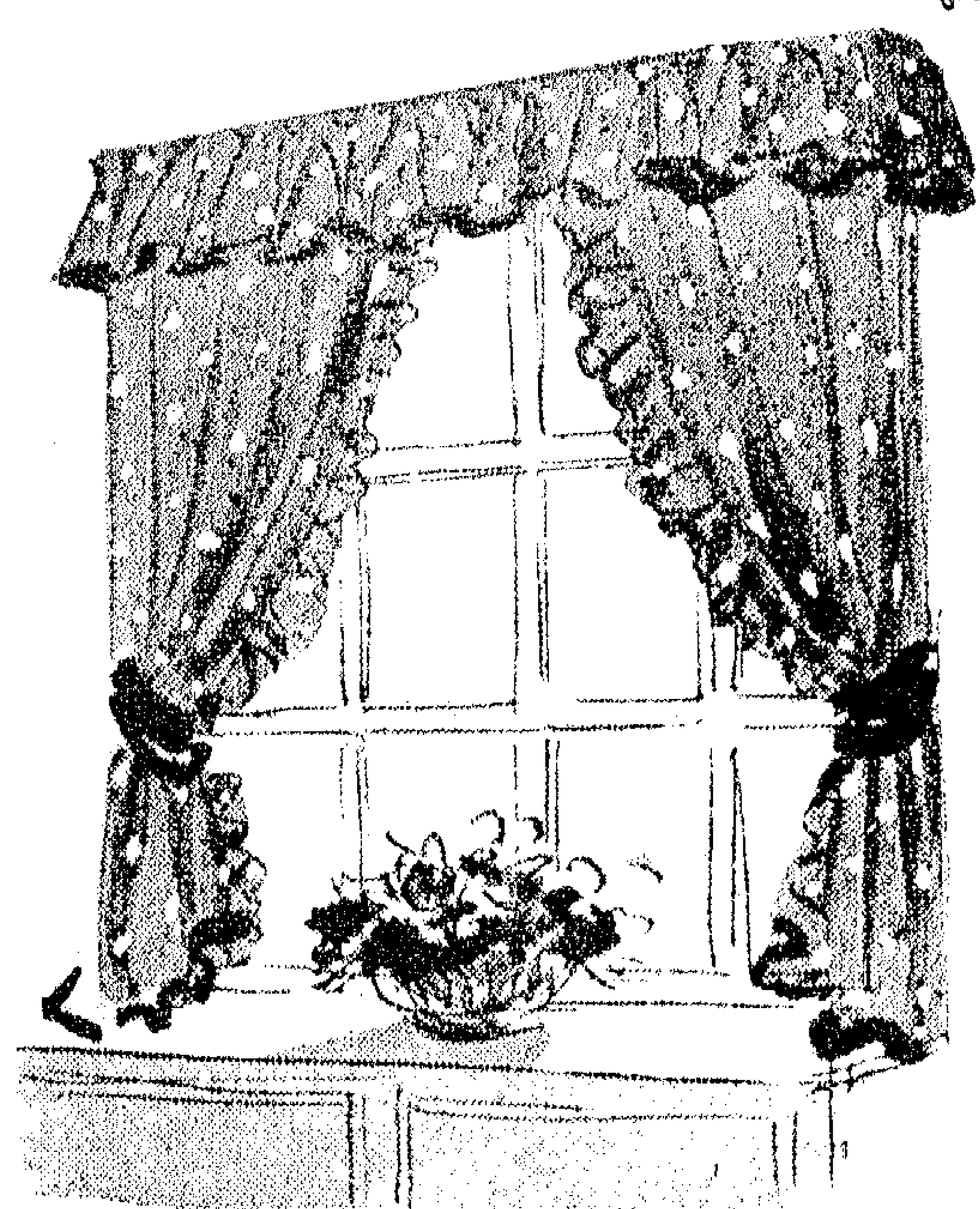
٥

الستارة .. حلية وفن

لا تكمل الحجرة بدون ستارة تحليها وهانحن أولاء نعرض عليك مجموعة مختلفة من الستائر تتفق كل منها والحجرة التى تريدين ان تجمليها بستارة موافقة .

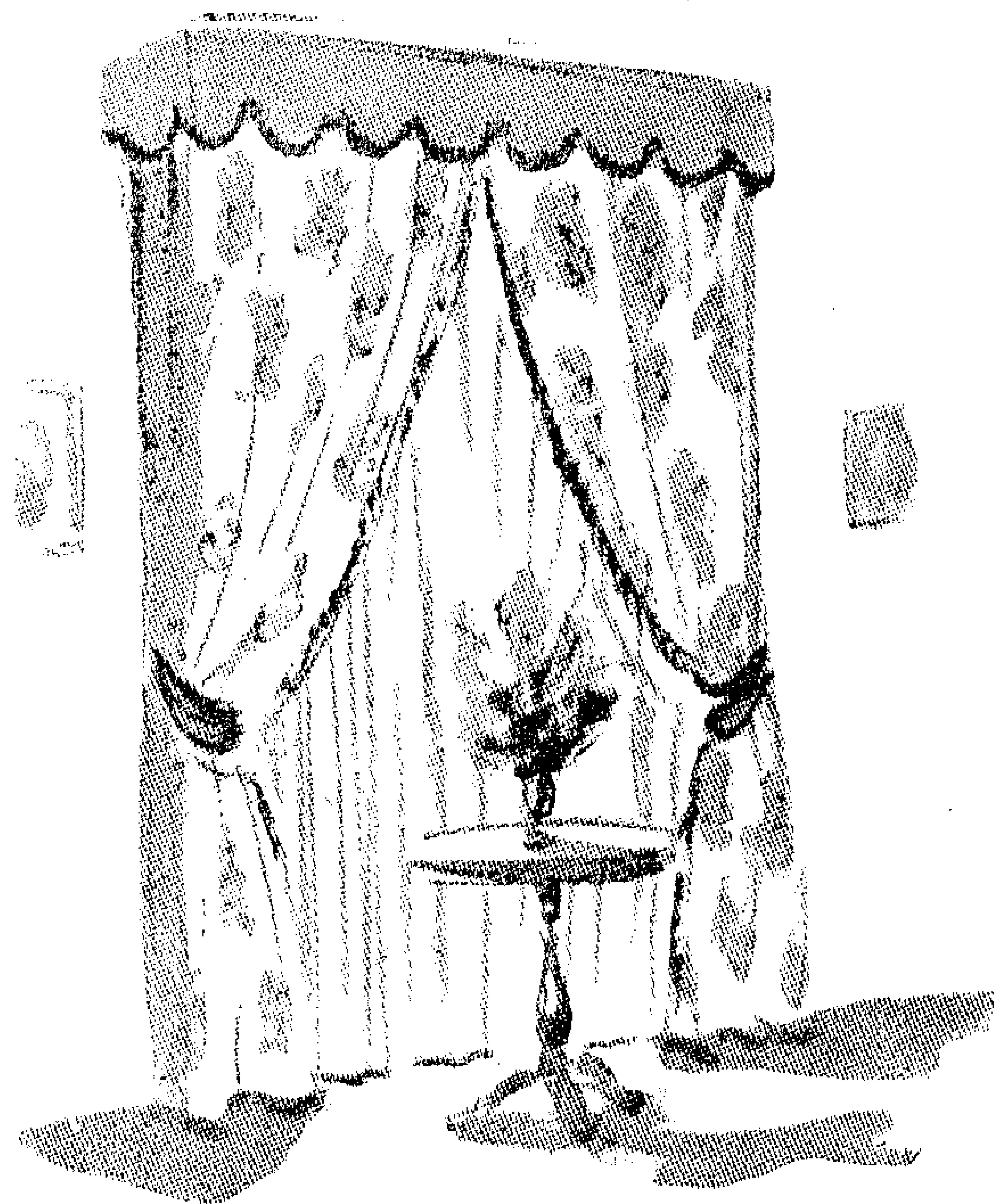
ان كنت فى الريف

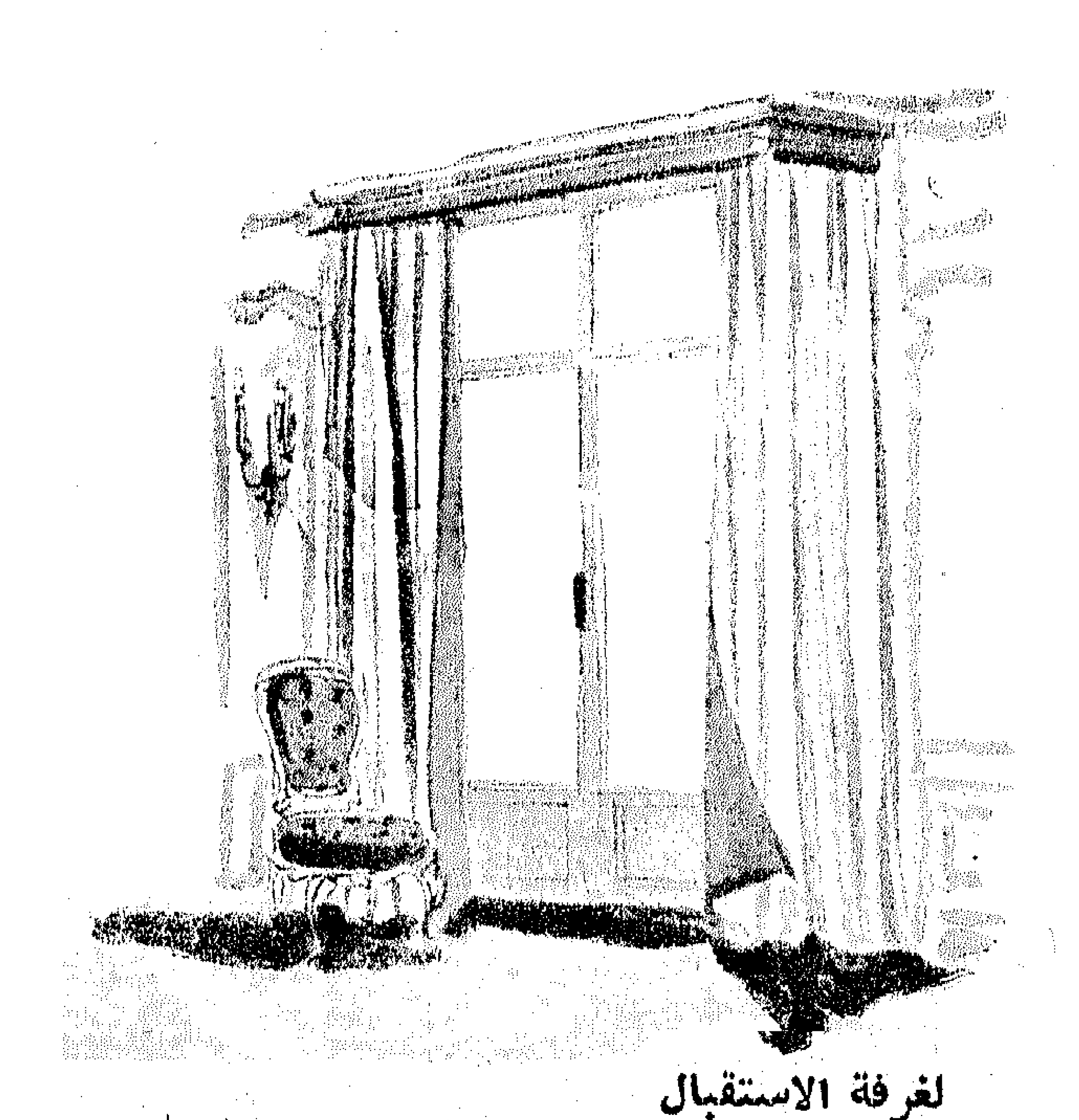
استعملى قماشا مطبوعا . وليكن الجـزء الاعلى أو الكوليس مكشكشا . أما الجـزءان الجانبيان فأربطيها بعقدة ضخمة من الشريط العريض يتفق لونه ولون الستارة وينسجم معها .



لغرفة فتاة

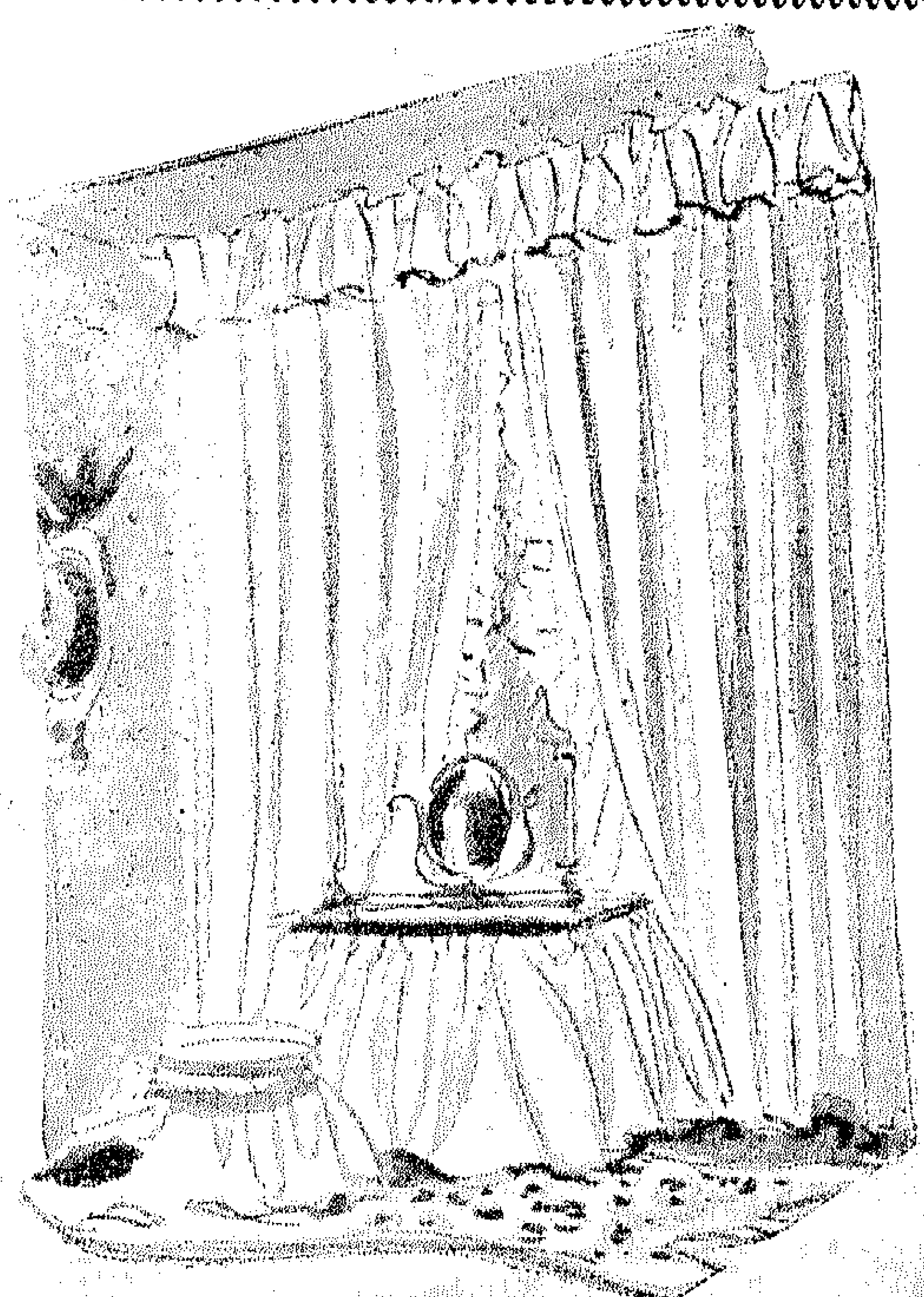
ستائر من الموسلين الابيض أو الوردى حلى بالازهار وقد ربطت الى الجانبين بشريط عريض من لون مناسب أو بكوردون من نفس اللــون ويركب فى أعلى كورنيش بفستون .





لغرفة الاستقبال

ستارتان طويلتان بيضاوان مبطنتان بلون زاه تتدليان على جانبى النافذة . أما البرواز فهو من الخشب . ويجب أن تكون الستارتان عريضتين بحيث تقفل بهما النافذة .



لغرفة النوم

باندة من القماش تبدأ من جهتى النــافذة وتتقابل فى الوسط بفولون صغير . أما فى أعلى فلابد من (فولون) كبير . انها ستارة تتناسب مع نافذة موجودة في غرفة قليلة الضوء

طعامك فى فبراير

الخميس ١ فبراير
سبانخ مكمور ، أرزمفلفل مخلل ، فاكهة

الجمعة ٢ فبراير
صينية بطاطس باللحم ، سلطة خضار ، فاكهة

السبت ٣ فبراير
محشو كرنب ، دمعة ، سلطة خس ، صينية القرع العسلى

الاحد ٤ فبراير
مسقعة قرع ، أرز مفلل، سلطة بنجر ، فاكهة

الاثنين ٥ فبراير
بصارة ، مخلل ، فاكهة

الثلاثاء ٦ فبراير
فول أخضر مكمور ، أرز مفلفل ، سلطة طماطم ، فاكهة

الاربعاء ٧ فبراير
قلقاس بالخضرة ، أرز بصلصة الطماطم ، مخلل فاكهة

الخميس ٨ فبراير
مسقعة قرنبيط ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

الجمعة ٩ فبراير
بازلاء مكمورة ، أرزمفلفل مخلل، كستردة بالكرملة

السبت ١٠ فبراير
فول نابت بالدمعة ، أرز مفلفل ، سلطة خس ، فاكهة

الاحد ١١ فبراير
سمك مقلى ، كزبرية السمك ، سلطة طحينة ، فاكهة

الاثنين ١٢ فبراير
حساء العدس ، عدس مطبوخ ، سلطة جرجير وطماطم ، فاكهة

الثلاثاء ١٣ فبراير
لحم بالدمعة ، خبازة ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

الاربعاء ١٤ فبراير
مسقعة باذنجان، مكرونة اسباجتى ، سلطة زبادى، فاكهة

الخميس ١٥ فبراير
بيض باليخنى (شكشوكة) أرز مفلفل ، سلطة خضار، فاكهة

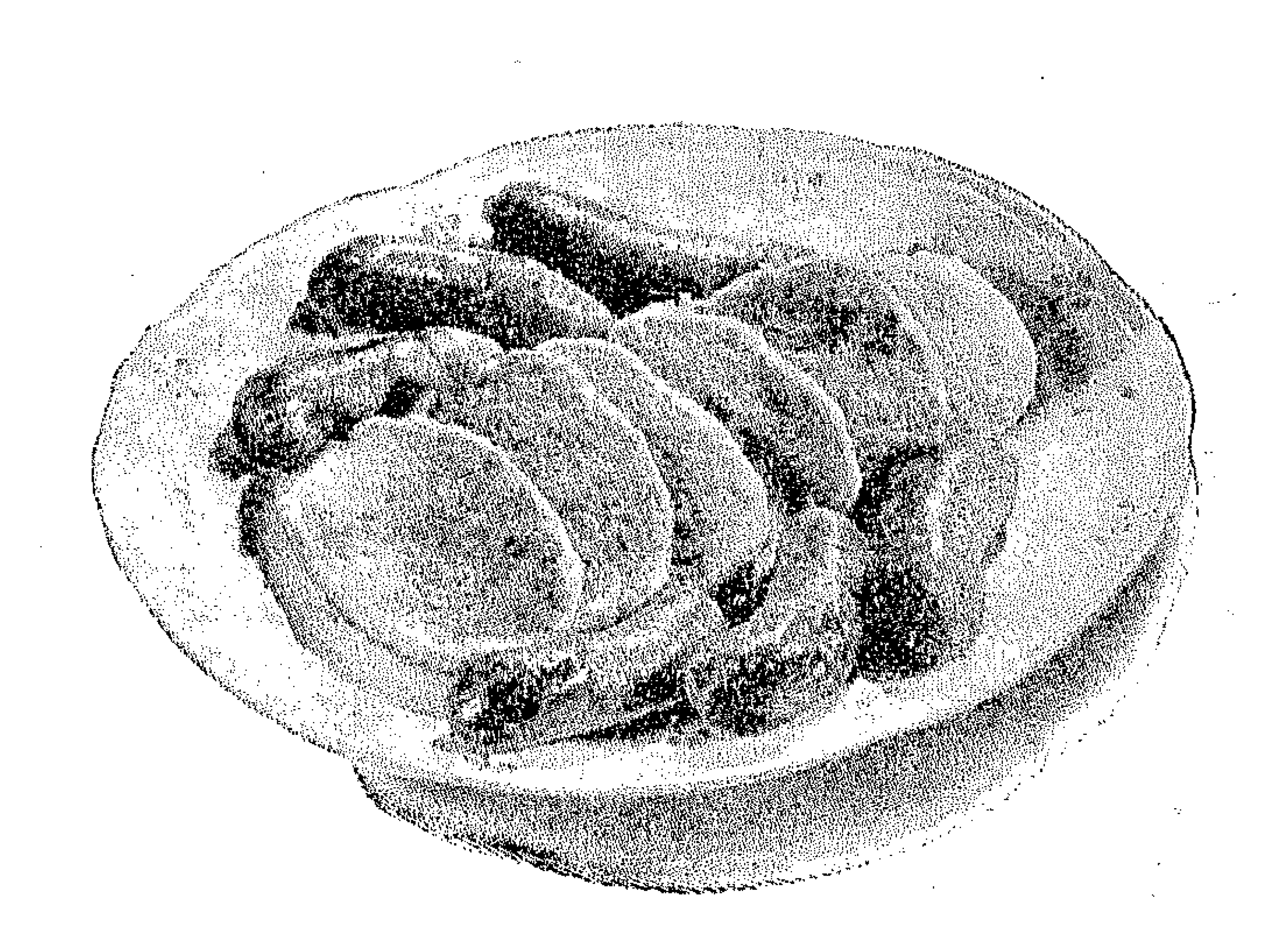
غذاؤك فى فبراير

ملحوظة : استعملى البهريز العظم فى طهى جميع خضراواتك مراعاة للاقتصاد واذا أردت أن تكون فائدتك متعددة الاصناف فاعملى صنفا من اللحم مستقلا بذاته كذا يمكنك فى بعض الايام استبدال الفاكهة بعمل أى نوع من أنواع الحلوى الذى سبق أن نشرت فى أعداد المجلة السابقة



للسيدة حكمت صبحى

طبق البطاطس بالسجق



المقادير :

ربع أقة بطاطس — ملعقة ونصف شاى خميرة
نصف رطل دقيق — بيكنج بودر
بيضتان — ملح وفلفل
نصف رطل سجق — سمن للتحمير

الطريقة :

١ ـ قشرى البطاطس ثم اغسليها وابشريها بالمبشرة

٢ ـ اضربي البيض جيدا ثم يضاف الى مبشورالبطاطس ثم أضيفى الدقيق وخميرة البيكنج بودر والملح والفلفل وقلبى الجميع جيدا حتى يمتزج تماما واضبطى الطعم

٣ ـ ضعى مقدارا من السمن فى طاسة تحمير ثم خذى ملء ملعقة شاى من عجينة البطاطس السابقة وتلقى فى السمن المقدوح وتترك حتى تحمر من الجهتين

٤ ـ رصى وحدات البطاطس فى طبق وحوله السجق المحمر كما هو موضح بالرسم

الفطير بالسمك

المقادير :

نصف رطل دقيق — بيضه
ثلاثة ملاعق ونصف زبدة — قليل من عصير الليمون ،
قليل من الماء للعجن
ربع أقة سمك مسلوق — ملح وفلفل ، توابل
ربع أقة بطاطس مسلوقة ومهروسة — ملعقة شاى مقدونس مفروم

الطريقة :

١ ـ انزعى الجلد والشوك من السمك واهرسيه جيدا بالشوكة ثم اخلطيه بالبطاطس المهروسة وأضيفى الملح والفلفل والبهار والمقدونس وعصير الليمون واضبطى طعم الخليط ثم اعجنيه بالبيضة ليتماسك

٢ ـ ابدئى بعمل الفطيرة بوضع الدقيق المنخول فى سلطانية

٣ ـ أضيفى الزبدة الى الدقيق وافركيه جيدا بأطراف الاصابع حتى يصير مثل فتات الخبز

٤ ـ يعجن بقليل من الماء البارد حتى يتماسك وتحصلى على عجينة يابسة ناعمة

٥ ـ افرديها فوق لوح مرشوش بالدقيق الى شكل مستطيل سمكه نصف سنتيمتر

٦ ـ قطعى العجينة بقواطع مستديرة أو قطعيها بالسكين الى مكعبات أو مستطيلات حسب رغبتك

٧ ـ ضعى فوق كل قطعة من العجينة جزءا من خليط السمك والبطاطس السابق ثم ندى أطراف العجينة بالماء وتطوى الى نصفين مع الضغط الخفيف على الاطراف لتلتصق ثم ادهنى سطحها بقليل من البيض المربوب



٨ ـ رصى الفطائر فى صينية مدهونة وتوضع داخل فرن متوسط الحرارة حتى تحمر الفطيرة وتنضج

٩ ـ رصى الفطائر فى طبق وجمليها بالمقدونس وشرائح الليمون وتقدم للاكل ساخنة أو باردة كما هو موضح بالرسم

بقـــلاوة البطاطس

المقـــــادير :

أقة ونصف بطاطس	**لعمـل الشربات**
٣ ملاعق كبيرة مســـحوق نشـــاء	٢ كوب سكر
	١ كوب ماء
صفار بيضة	١ ملعقة شاى عصير ليمون
سمن أو زيت للتحمير	قليل من ماء الورد

الطريقـــــة :

١ ـ اعملى الشراب أولا بوضع السكر والماء معا فى اناء فوق النار الهادئة ويترك حتى يغـــلى ويذوب السكر فيضاف عصير الليمون ويترك على النار حتى يغلظ قوامه نوعا ويصير فى سمك الشربات ثم ينزع من على النـــار ويضاف ماء الورد ويترك حتى يبرد لحين استعماله

٢ ـ اسلقى البطاطس وقشريها ثم إهرسيهـــا فى ماكينة البطاطس أو تمرر من منخل سلك

٣ ـ أضيفى الى البطاطس صفار البيض والنشـاء ويقلب الجميع جيدا حتى تمتزج وتحصلى على عجينة يابسة سهلة الفرد

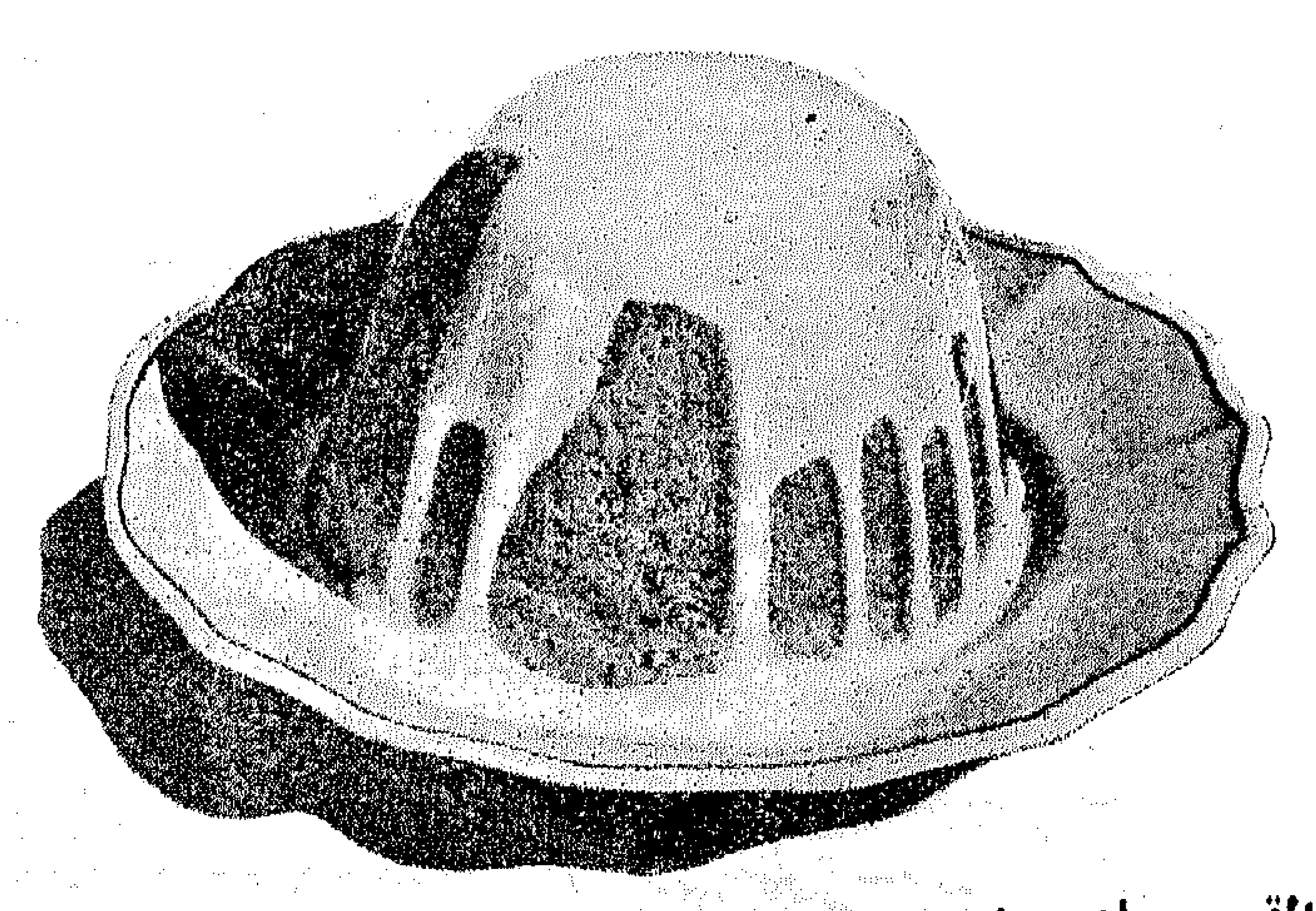
٤ ـ رشى قليلا من مسحوق الارز على لوحة فطير وافردى عليها عجينة البطاطس بالنشابة الى أن يصير سمكها نصف سنتى متر

٥ ـ قطيعها بالسكين على شكل مكعبات كالبقلاوة ثم حمريها فى السمن المقدوح

٦ ـ تنشل من السمن وتوضع فى الشراب البارد ثم تصفى منه

٧ ـ ترص فى طبق بللورى ويرش سطحها بالفستق المفروم وتقدم

صلصة الكستردة



المقـــــادير :

نصف ملعقة كبيرة مسحوق كستردة   رطل لبن

قليل من الفانيليا   سكر للتحلية

الطريقـــــة :

١ ـ حلى مسحوق الكستردة فى قليـــل من اللبن البارد وضعى باقى اللبن يغلى ثم يحلى بالسكر

٢ ـ أضيفى الكستردة المحللة الى اللبن المغلى وترفع فوق النار مع التقليب المستمر ويترك ليغلى مدة ٣ دقائـق حتى تنضج وتغلظ قليلا جدا ثم أضيفى الفانيليا

٣ ـ صبى الكستردة فوق البودنج السابقة كما هو موضح بالرسم .

٤١

الأجنبية ..

قصة للكاتب الفرنسي الكبير ألفونس دوديه
لعل « فتاة أرل » هي أشهر أقاصيص دوديه . ان فيها سذاجة الريف وصدق العاطفة وروعة المأساة ...

كان يدعى جان .. وكان فلاحا رائعا في العشرين من عمره ، هادئا كالبنت ، قوي البنية صبوح الوجه . ولما كان وسيم الطلعة جداء فقدكانت النساء يعجبن به، أما هو فلم تكن منهن في رأسه الا واحدة ـ فتاة صغيرة من مدينة ارل . ولم ينظر أهل العزبة في أول الامر الى هذه العلاقة بعين الرضا . فقد كان ذائعا أن البنت لعوب ، ولم يكن أبواها من البلد . ولكنجان كان يريد صاحبته الارلية بكل قوة واصرار ، فكان يقول :

ـ سأموت ان لم يمنحونيها .

ودون هذا التهديد ، قرر القوم أن يزوجوهما ، بعد الحصاد .

وفي مساء يوم من أيام الاحاد ، فرغت الاسرة من تناول العشاء في فناء العزبة . وكاد ذلك العشاء أن يكون مأدبة الخطبة . لم تشهده الخطيبة ، ولكن القوم قد شربوا نخبها طيلة الوقت ... واذا رجل يتقدم نحو الباب ، ويسأل في صوت متهدج ، أن يقابل السيد « استيف » وأن يخاطبه وحده . فينهض استيف ويخرج الى الطريق .

قال لها الرجل :

ـ أيها السيد ، سوف تزوج ولدك بخبيثة كانت عشيقتي ابان سنتين . واني مؤيد بالدليل ما أقول : تفضل ! هي ذي رسائل..! ان أبويها يعرفان كل شيء ، وكانا قد وعداني بها ، ولكن منذ أن أقبل ولدك يسعى اليها ، رغبا هما ورغبت الجميلة عني ... غير اني كنت أعتقد انها بعد هذا لن تستطيع أن تصبح زوجة اخر ..

قال السيد استيف بعد أن نظر الى الرسائل :

ـ طيب ! ادخل اشرب قدحا من النبيذ !

ـ شكرا ! ان حزني ألح علي من العطش ..

وانصرف .

ورجع الاب هادئا ، فاستعاد مجلسه الى المائدة ، وانتهى العشاء في بهجة ..

وفي ذلك المساء ، مضى السيد استيف وولده الى الحقول معا . وأنفقا خارج البيت وقتا طويلا . وحينما عادا ، كانت الام لم تبرح ساهرة تنتظر .. فقال الفلاح لزوجته وهو يدخل اليها ولدها :

ـ قبليه ! فانه بائس ..

* * *

لم يتحدث جان بعد ذلك عن فتاة ارل . ولكنه كان يحبها دائما . بل واشتدحبه لها منذ أظهروه عليها في أحضان اخر . الا أنه كان من الاباء بحيث لم يقل شيئا وذلك ما قضى عليه ، هذا الولد المسكين ! .. كان ينفق في بعض الاحيان أياما كاملة ، وحيدا ، في ركن من الاركان ، بلا حراك في أيام أخرى ، كان يكب على الارض في ثورة ، وينجز وحده شغل عشرة فعلة ... فاذا أقبل المساء ، اتخذ طريق ارل ، ومشى على وجهه حتى يرى أبراج المدينة الهيفاء ترتفع أمامه في المغرب ، واذ ذاك كان يرجع لم يمعن يوما الى أبعد من ذلك الحد .

وكان أهل العزبة ، اذ يرونه كذلك ، وحيدا حزينا دائما ، لا يعرفون ماذا يفعلون . كانوا يخشون شرا ... وذات يوم ، على المائدة ، قالت له أمه وهي تنظر اليه بعينين تملؤهما الدموع :

ـ ألا فاسمع يا جان ، ان كنت تريدها على الرغم من ذلك ، فسوف نعطيك اياها

أما الاب فاحمر وجهه من الخزي ، وأحنى رأسه ...

وأما جان فأومأ أن لا .. وخرج ..

ومنذ ذلك اليوم بدل أسلوب حياته ، متكلفا دائما أن يبدو مرحا ، لكي يطمئن والديه . وعاد القوم يرونه في حلبة الرقص وفي القهوة وفي حفلات وسم الماشية .. وبات الاب يقول « لقد شفي » . أما الام فقد كانت دائما توجس خيفة ، وراحت تشدد الرقابة على ولدها ... وكان جان ينام مع أخيه « كاديه » بالقرب من بيت دود القز ، فأقامت العجوز المسكينة سريرا بجوار غرفتهما ... ربما احتاج اليها دود القز في الليل .

وليلة عيد سان الواء ، كان الكعك وفيرا ، وامتلأت أشجار الميس بالمصابيح الملونة ، وأضيئت المشاعل في ساحة الجرن .. وبدا على

جان نفسه أنه كان مسرورا، فقد أراد أن يحمل أمه على الرقص ، حتى لقد بكت المرأة المسكينة من الفرح .

وفي منتصف الليل انقلب القوم الى النوم ... وكان الجميع حقا في حاجة الى الرقاد .. أما جان فلم ينم . وقد روى كاديه فيما بعد أن أخاه بات ينتحب الليل كله ..

* * *

فاذا كان الغد ، في الفجر سمعت الام شخصا يخترق حجرتها وهو يجرى . فأحس قلبها أن شيئا سيقع :

ـ جان ، أهذا أنت ؟

لم يجب جان ، لقد كان اذ ذاك يصعد الدرج .

فتبادر الام الى النهوض في عجلة :

ـ جان ، الى أين تذهب ؟

انه يصعد الى مخزن الغلال فتصعد وراءه :

ـ بني ، أناشدك السماء!

ولكنه يغلق الباب ويجذب المترس .

ـ جان ، جاني ، أجبني يا ولدي . ماذا أنت فاعل ؟

وبيديها الكليلتين المرتعشتين ، أخذت تبحث عن القفل .. واذا نافذة تفتح .. وصوت جسم يهوى على بلاط الفناء ، ولا شيء بعد ذلك ..

لقد قال الولد المسكين « اني أحبها أكثر مما ينبغي .. اني ذاهب .. »

اه ! يا لنا من قلوب بائسة ! انه لكثير مع ذلك ألا يقضى الازدراء على الحب !

وفي ذلك الصباح ، تساءل أهل القرية من عساه أن يصرخ هكذا ، هناك ، من ناحية عزبة استيف ..

لقد كانت الام سافرة تنتحب في الفناء أمام المائدة الحجرية المغطاة بالدم والندى وولدها الصريع على ذراعيها.

أنور لوقا

مصريات باحثات

بقية المنشور على ص ٧

ميخائيل .. وملكه نصار ! وهدى خريجة القسم الانجليزى بكلية الاداب .. ومعهد الصحافة .. وقد رافقت وفد الصحافة الهندى في زيارته للصعيد .. وهي صحفية لبقة ، ومحدثة بارعة أما ملكة نصار فهي حاصلة على ليسانس الاداب من قسم اللغة العربية .. وتشرف على اعداد النشرات الاخبارية

والانسة جوزى نانفورد ناقدة سينمائية ومحدثة لبقة ، تعمل في الايجبشيان جازيت .. وهي تحب مصر .. وتدعو لها في كل كلمة تكتبها !!

والانسة صفيه عبدالحميد تعمل بقسم الاتصالات الخارجية بالاذاعة .. وهي تحمل ليسانس الحقوق ..

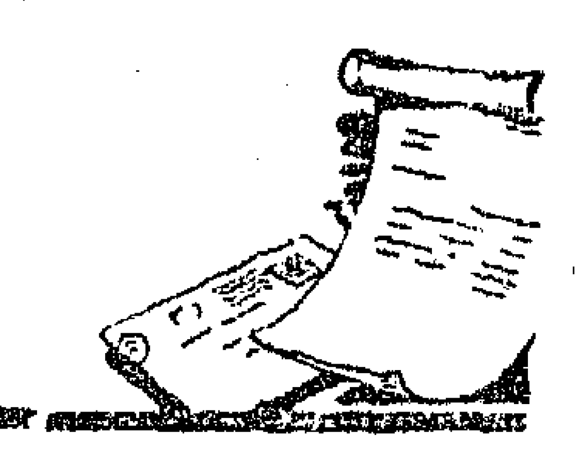
أما ثريا نجم .. فقد ضمت مجهوداتها الصحفية **لصفيه المهندس** .. ولمعت في ركن المرأة ..

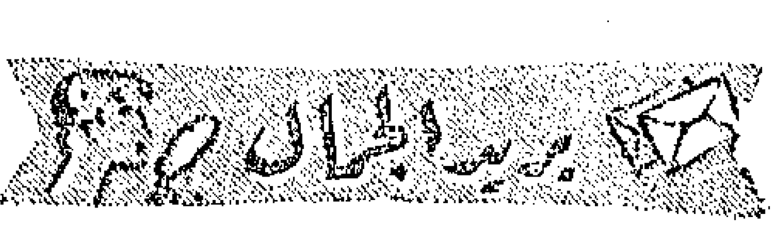
وسرت حمى الصحافة بالجامعة .. وأصبحنا نجد جيلا جديدا من الجامعيين والجامعيات يتهافتون على الصحف .. ومن صحفيات الجامعة الانسه « **محاسن الدياسطى** » أما طالبات معهد الصحافة .. فأمنيتهن أن تكون لمعهدهن مجلة كمجلة القافلة التي يتخذها الطلاب **بالجامعة الاميريكية** المدرسة الاولى ..

هؤلاء هن الصحفيات المصريات الباحثات عن المتاعب ... ولكن الصحافة مهنة .. حلوها لذيذ .. ومرها لذيذ .. والمجد فيها لمن صبر على مرها .. والعبقرية صبر طويل .

نبيه عبدالمجيد الديروطي







قارئة ج.م. عزبة النخل :

محلول قابض المسام يباع فى جميع محلات ادوات التجميل ومستحضراته

س.ع.ل. المنصورة :

مشطى شعرك كل ليلة بزيت الزيتون النقي أو بالبرافين ثم شديه الى خلف واتركيه كذلك الى صباح اليوم التالى وهكذا واياك والالتجاء الى البرمانانت فانه يقصف الشعر .

يوسف محمود خليفه :

فى مكاتب الاسكندرية ماتبحث عنه من كتب تربية الاطفال مترجمة ومؤلفة فاختر منها ما شئت

مرفت :

اغسلى شعرك جيدا بالشامبو وسرحيه يوميا لمدة خمس دقائق

سهام محمد ــ القاهرة :

مازال الشعر قصيرا هذا العام ولكنه ليس بقصر العام الماضى

ل.س.و. قليوب :

هذه البقع السمراء يشتد ظهورها كلما اخذ لون البشرة يعود الى بياضه الطبيعى بعد فصل الصيف . وسبب هذه البقع ضربة شمس أثرت فى البشرة وجعلتها تتقشر فى بعض المناطق التى اصبحت بطبيعة الحال ضعيفة سريعة التأثر بالتعرض للشمس مرة او مرات . وتظل هذه البقع السمراء ظاهرة لعدة اشهر ان لم تحظ بالعناية الكافية وبالعلاج الملائم

سعدية م.م. حائرة :

اغسلى شعرك بالشامبو ثم اشطفيه جيدا بالماء

صدى افتتاحية العدد الماضى

حمل البريد الى رئيسة التحرير مئات الخطابات تعليقا على المقال الافتتاحي الذى عرضت فيه لمشكلة الصديقة البائسة ع وقد عرض الكثيرون والكثيرات من أصدقائنا مد يد المعونة الى هذه الصديقة عن طريق المساعدات الادبية والمادية ولكن لما كنا لا نعرف عنوان الصديقة ولا اسمها بالكامل مما يتعذر علينا الاتصال بها لمعرفة رأيها، فى هذه المساعدات فانا نأمل منها الاتصال بالمجلة فى أقرب وقت ممكن لمعرفة رأيها مؤكدين لها صداقتنا واخوتنا .

شئون المنزل

فتحية يوسف :

ان اختيار هدية الفرح مرهون بدرجة قرابتك من المهدى اليه أو مقدار صداقتك له والخدمات التى قدمها لك ومقدرتك المالية ايضا . والهدايا الهامة يقدمها عادة افراد الاسرة والاصدقاء . ونحن نفضل ان تهدى سجادة جميلة من التى توضع تحت السرير

ف.س. المطرية :

يجب ان يكون الضوء الصناعى كافيا. والقاعدة ان تضفى نورا كهربائيا قوته ٣٠٠ وات فى غرفة مساحتها ٢٠ مترا مربعا أى بواقع ١٥ وات لكل متر مربع . والافضل ان تختارى نجفة بها ثلاثة مصابيح كهربائية قوة ١٠٠ وات او اربعة مصابيح قوة ٧٥ وات فنحصل بذلك على اضاءة عامة للقراءة والحديث ولكن هذه الاضاءة لاتكفى للاعمال الدقيقة كالخياطة والتطريز التى تتطلب بالاضافة الى الاضاءة العامة اضاءة محلية خاصة

البقية ص ٤٤



فى سينما مترو بالقاهرة

ابتداء من أول فبراير ١٩٥١

فرسان الطليعة

جويل ماكريا وارلين دال اللذان يتقاسمان بطولة هذا الفيلم الكبير الذى أنتجته مترو جلدوين ماير انتاجا نفيسا رائعا بالالوان الطبيعية الخلابة عن غرب أمريكا فى أواخر أيام الحرب الاهلية الامريكية ويشترك فى بطولته مجموعة ممتازة من أبطال الشاشة أمثال بارى سولينان ، كلود جارمان الصغير ورامون نوفارو

قريبا

فيزا للحسناء

وستقدم مترو جولدوين ماير قريبا فى سينما مترو بالقاهرة الكوكب الفاتنة هيدى لامار فى أبدع أدوارها التمثيلية وذلك فى فيلم « فيزا للحسناء » الذى يتقاسم بطولته معها النجم اللامع جون هودياك « الذى يشاهد معها فى الصورة » فضلا عن جيمس كريج وجورج ماكريدى وغيرهما



هوليود أفشل مدينة في الزواج

ألف كواكب السينما ان يطلقوا زوجاتهم طلاقا سريعا فجائيا ويعجلوا بزيجات فجائية . وكانت أمريكا تتحامل كثيرا على الطلاق ولكن وطأة هذا التحامل خفت في الاعوام الاخيرة فتلاشى ذلك العداء القديم لكثرة الزيجات بعد ان أقنعتها هوليوود بأن ذلك لا يتنافى مع حسن الخلق

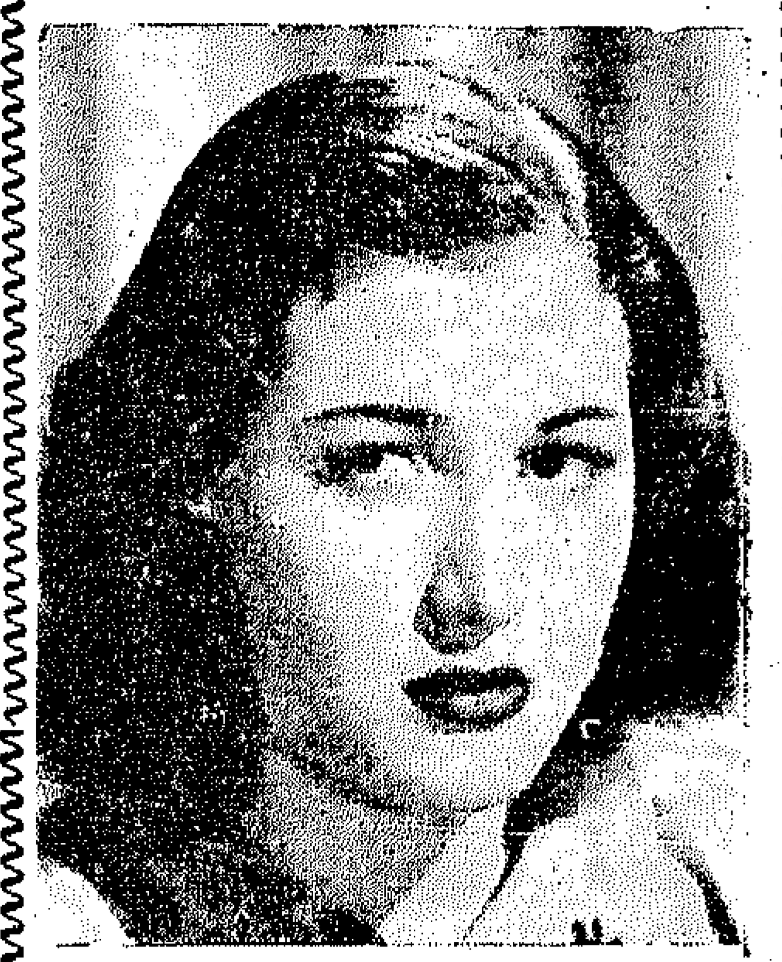
لو كانت هوليوود مدينة علم وأدب وثقافة وتقاليد لعجزت كل العجز عن انتاج أفلام جيدة ولما استطاعت ان تتزعم السينما في العالم ولكن شذوذ هوليوود الذي يبدو واضحا في كل نواحي حياتها هو الذي أكسبها هذه الزعامة ، وعلى ذلك فانه لا سبيل الى القول بأن روابط الزواج تراعى في هوليوود كما تراعى في أي مكان آخر ولذلك تعد هوليوود أفشل مدينة في الزواج وفي تكوين الاسرة فان حياتها الشاذة لا تسمح لها بالمحافظة على كيان الاسرة .

نذكر هذا بمناسبة ذلك النبأ الذي أثار هوليوود وهو طلاق روبرت تايلور وبربارا ستانويك ، فلقد كانت هوليوود لشعورها بالنقص تبارك هذا الزواج السعيد الذي دام احدى عشرة سنة ، فجاء الطلاق صدمة وأي صدمة .. وقد أعلن الزوجان ان طبيعة عملهما في الافلام واضطرارهما الى انفصالهما مددا متفاوتة عن بعضهما بعضا جعل الطلاق أمرا لا مفر منه ..

والعالم الذي بارك زواج الكوكب الجميلة اليزابث تايلور منذ سبعة شهور من المليونير المعروف كونراد هيلتون الصغير نجل صاحب فندق والدورف ، يقف اليوم مبهوتا أمام نبأ الطلاق الذي جاء فجائيا على غير انتظار من أحد . وقد نشرت اليزابث تايلور اعلانا هذا نصه :

(يؤسفني ان أذكر ان ديك وأنا لم نستطع ان نزيل ما بيننا من فوارق وقد وجدنا اننا نقف في مفترق الطريق وفشلت محاولاتنا في أن نمضي معا في طريق واحد فلم يكن بد من الطلاق الذي تفاهمنا عليه)

وهكذا تحيا هوليوود حياة بعيدة كل البعد عن الاستقرار العائلي الآمن .



شريفه فاضل الوجه الجديد الذي يقدمه الموسيقار الكبير الاستاذ محمد عبد الوهاب في انتاجه الجديد « بلد المحبوب » الذي تتقاسم بطولته تحيه كاريوكا وسعد عبد الوهاب وسعاد مكاوي واسماعيل يس وحسن فايق . وشريفه فاضل تجمع بين التمثيل والغناء فانها تمتاز بجمال الصوت وقد حققت امال المخرج حلمي رفله مخرج هذا الفيلم فنهنىء الاستاذ عبد الوهاب بانتاجه الجديد ونجمته الجديدة الموهوبة .

مراقبة الأفلام

لا يدهشنى ان تمنع الرقابة عرض أى فيلم من الافلام لاى سبب من الاسباب ولكن الذى يدهشنى أن تصرح الرقابة بعرض فيلم ثم تجىء ليلة العرض وتصدر أمرا بمنعه • وهذا تصرف غريب يدل على ان الرقابة لا تسير على سياسة مرسومة • واذا لم يكن الامر كذلك فما الذى يمكن ان نفهمه من التصريح بعرض فيلم ـ ومعناه خلو الفيلم من كل شائبة ، ثم منع عرضه ، ومعناه وجود أسباب قوية تبرر هذا المنع

انه لا يعنينى هنا غير أمر واحد وهو ان مراقبة الافلام فى مصر لا تتمشى مع سياسة الدولة وقوانينها « وأمزجتها » ، والدليل على ذلك ان رأيها فى الاغلب ـ والشواهد على ذلك كثيرة ـ لا يتفق مع السياسة ولا القوانين ولا الامزجة • اذ لو كانت مراقبة الافلام على دراية بشىء من ذلك لاستطاعت ان تنفذ سياسة الدولة تنفيذا سليما تريح به الشركات ودور السينما وتكفيها شر الخسائر التى تتعرض لها من جراء عدم القدرة على الحكم على الافلام حكما صحيحا دقيقا تقبله الدولة التى تنفذ مراقبة الافلام سياستها •

ولنضرب مثلا بفيلم « شمشون ودليلة » الذى أعجبت به مراقبة الافلام الى حد أنها لم تكتف بالتصريح بعرضه بل وافقت على عمل دوبلاج له ، ولكنها اكتشفت ليلة العرض ـ وبعد أن قامت الشركة صاحبة الفيلم بعمل دعاية واسعة النطاق له وأنفقت أموالا طائلة فى ذلك ـ ان الفيلم لا يصلح للعرض أو هكذا رأت الجهات المسئولة وخطأ الرقابة هنا انها لم ترجع الى هذه الجهات المسئولة لاستطلاع رأيها فى مثل هذه الافلام قبل أن تصدر حكما تضطر الى نقضه بعد قليل بمظهر لا يليق •

محمد عبد القادر المازني

بريد بنت النيل

بقية المنشور ص ٤٢

فيوليت رفقى ـ السكاكينى :

قولى لاخيك ان ساعة اليد تستعمل فى أثناء تأدية العمل وممارسة الالعاب لرياضية • أما ساعة الجيب ذات السلسلة فانها ما زالت تستعمل ولكن على وجه ضيق • وفى الحفلات الساهرة تستعمل ساعة الجيب بدون سلسلة

عايدة يوسف ـ المنيا :

ارجعى لاعدادنا السابقة لاسيما العدد الخاص الصادر فى شهر نوفمبر الماضى ففيه ما أنت محتاجة اليه من مختلف الازياء بهذا الموسم أما عن الاصناف التى تطلبينها فقد سبق أن نشرنا عنها الشىء الكثير.

بريد الاطباء

آنسة «ش» خيرت :

١) هذا هو حب الشباب وفى الامكان ازالته بعدم لمسه وبرشه بپودرة تالك كل ليلة قبل النوم وبالامتناع عن اكل التوابل والحلوى وخاصة الشوكولاته وبتنظيم اخراج الامعاء ٢) نفضل ان تعرضى نفسك على اخصائى فى الامراض الجلدية وعدم تعريض البشرة للشمس •

س.ء شبرا :

لابد من فحص طفلك فحصا جيدا لان علاجه على الورق لايفى بالغرض •

قارئة معذبة :

يمكن ازالة هذا الشعر بالدياترمى عند أحد الاطباء الاخصائيين فى العلاج بالكهرباء •

رجاء حماد ببنى حماد :

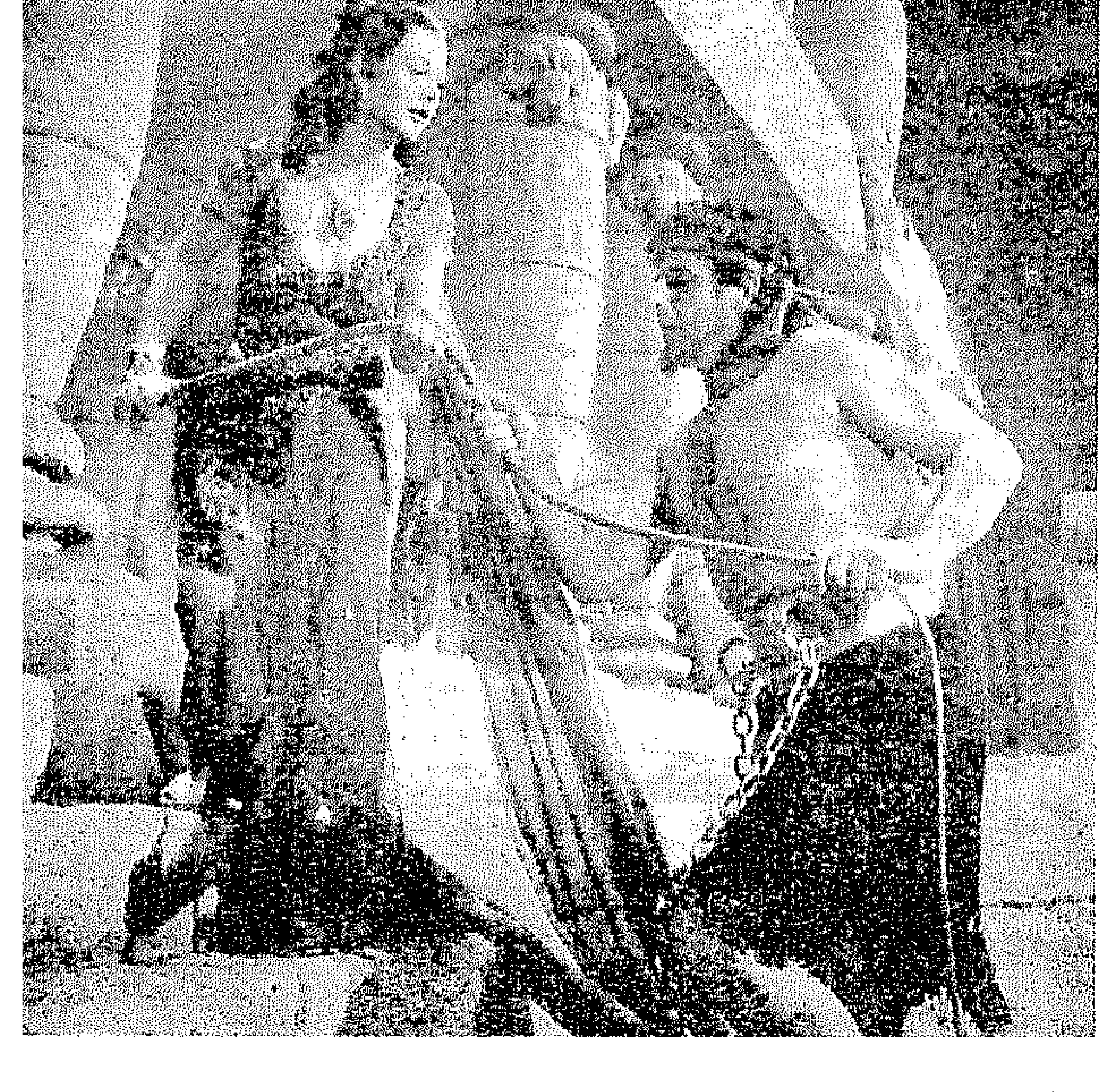
لابد من عرض نفسك على طبيب امراض جلدية •

و.ع. دمنهور :

١) ليس امامك ياسيدتى سوى الحناء فانها لاتؤذى الشعر اطلاقا ٢) دلكى فروة رأسك جيدا بصفار بيضة ثم اغسليه بالماء الدافىء والصابون •



دليلة تقص شعر شمشون ...



دليلة تقود شمشون الى المعبد ...

شمشون ودليلة

دماء تخضب الحب وروعة تأسر القلب وانتقام تفنى معه الحياة تلك هى قصة شمشون ودليله ....

ف ...

شاهدتها فى عرض خاص وعجبت لماذا أوقفوا عرضها ولكن للناس فيما يرغبون مشارب ... وجدتها قصة فتى وفتاة كلاهما من أصقاع تبعد عن الاخرى ولكن الحب لا يعرف الزمن ولا المكان وكما تنتهى قصة كل حب انتهت بزواجه منها ولكن فى ليلة الزفاف أصابها سهم طائش أودى بحياتها فأيقظ هذا فى ذلك الشاب «شمشون» القوة التى طالما تحدثت عنها الاجيال فثار وهدم البيت على من فيه ولم يبق منه سوى أخت العروس تلك التى طالما خفق قلبها بالحب لزوج أختها وبرغم جمالها الاخاذ أى جمال دليلة «هيدى لامار» لم يخفق قلب هذا بالحب لها ولكنها لم تكن تحبه فحسب وانما كانت مشاعرها مزيجا من الحب والكراهية : أحبت قوته التى تظهر رجولته وكرهت تلك القوة التى قتلت أهلها . ولكن الحقد غلب الحب فاتفقت مع حاكم بلدتها على أن يهبها ذهبا وفضة لقاء أن تأتى لهم بسر قوة شمشون ذلك الذى طالما أزعجهم وشتت شمل جنودهم بمفرده .. وهنا تفعل الايدى الناعمة ما لم تفعله القوة الغاشمة .. ففى سكرة من سكرات الحب وحيث يأمن المحب الى حبيبته قال لها : ان شعره هو السر فى هذه القوة .. اذن لتسقه الخمر حتى يبعد عن صوابه وقد كان .. وبينما هو بين سكرتيه سكرة الخمر وسكرة الحب اذا بها تقطع شعره وتدعو الجند الى تكبيله وتعذيبه انتقاما لبيتها الذى تهدم ...

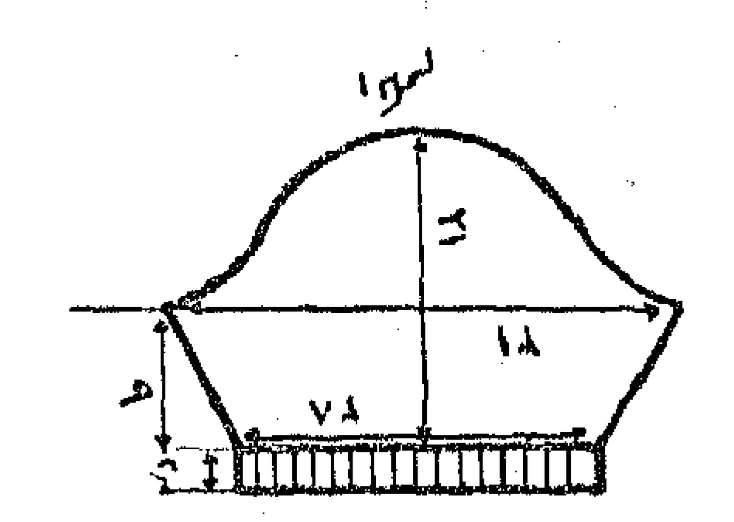
تدور الايام وتذهب هى لتشاهد « شمشون » ذلك الجبار الذى صرعته بحبها تشاهده وهو يدور كالثور فى رحى تطحن الغلال .. وهنا يستيقظ الحب الكامن ويحل العطف محل الحقد ويسيطر الحب على مشاعرها وخاصة حين تعلم أنه قد أضحى أعمى لا يرى النور . ففى جنح الليل - والليل ستر على كل شىء - ذهبت اليه لتبثه آيات حبها من جديد ولتدعوه الى الفرار ولكنه يهصرها بين ذراعيه يريد قتلها وهنا فقط يشعر برجوع قوته اليه فيدخرها هو للانتقام الاكبر وترجوه هى أن يحفظ سر رجوع قوته اليه فتتركه لتذهب الى حيث يعدون العدة لاحضار شمشون فى ساحة معبدهم حيث يسخرون منه ويذلون جبروته ولكن شمشون الذى أضحى أعمى نزل الى الساحة ينتظر ما سيفعلونه به وهنا نزلت اليه دليله متظاهره بعزمها على اذلاله . وفى همس المحبين طلب منها أن تقوده الى داخل المعبد وفى حرارة رجاها أن تغادر المكان ولكنها أبت ولما ألح عليها بعدت عنه فخيل اليه أنها قد تركته وأحس بأن لحظة الانتقام قد حلت وفى قوة وجبروت وفى عزم وتصميم دفع أعمدة المعبد بذراعيه فكانت تتهدم وتتهدم معها التماثيل .. المبانى .. وكل شىء حتى النفوس . انها لعنة أنزلها على رءوس معذبية هدم على رءوسهم معبدهم وانتقم لنفسه . وبين الانقاض شاهدوا دليلة راقدة بجوار شمشون وشفتاها تلثم يديه انها الان قد كفرت عن ذنبها وبين هذا يسقط آخر عمود من أعمدة المعبد ليحجب عن أعيننا آخر مشهد من مشاهد القصة الرائعة شمشون ودليلة

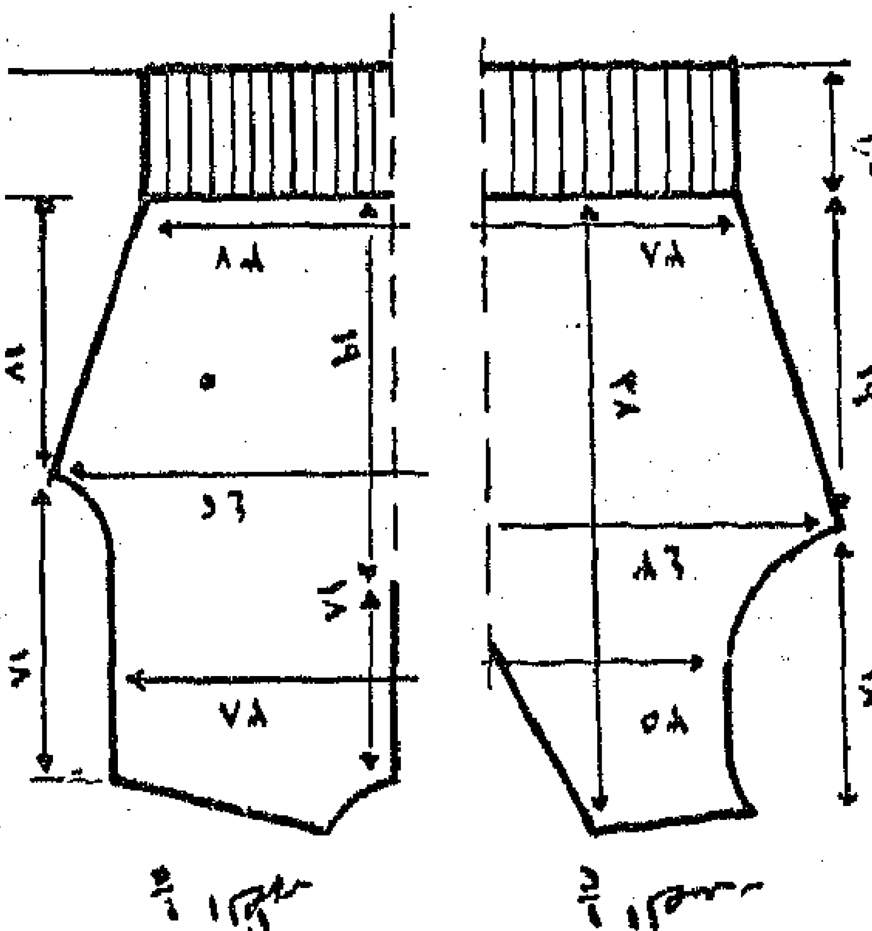
ان كل من شاهد شمشون ودليلة ليجزم بعبقرية سيسل دى ميل وليفغر فاه للاداء الرائع الذى تؤديه هيدى لامار وليبق متحيرا أمام قوة فيكتور ماتيور انه حقا أروع فيلم شاهدته الشاشة .

فتحى محمد عبده

جرسيه جميل : بقية المنشور ص ٣١

بقية المنشور ص ٣١





الكمان :
يشتغلان من أعلى . ابدئى ٢٠ غرزة ثم زودى من كل جهة : ٥ غرز و٤ غرز (٣ مرات) وغرزتين (٣ مرات) وغرزة (مرتين) وغرزتان (مرتين) ثم انقصى كل ٢ سم غرزة من كل جهة (٤ مرات) . بعد ٢١ سم اشتغلى ٢٫٥ سم استك ثم سدى الغرز كما هى مبينة لك .

الكحول :
يتكون من جزءين . القطى ٨٠ غرزة على الابر نمرة ٢ ثم اشتغلى بغرزة الاستك . انقصى من جهة الصدر ٦ غرز (٦ مرات) و٥ غرز (٤ مرات) ثم سدى باقى الغرز مرة واحدة ، اشتغلى الجزء الثانى بالعكس .

لقد اشتغلت القطع الاساسية للبول اوفر ولم يبق عليك الا ان تشتغلى الحلية وتركيب وخياطة الاجزاء بعضها ببعض .

الحلية :
ابدئى ٣٠٠ غرزة ثم اشتغلى بغرزة الاستك بعد ٤ سم سدى الغرز كما هى مبينة لك . اكوى اجزاء البول اوفر ثم خيطى الجانبين والكتفين . اقفلى الكمين ثم خيطيهما فى البلورة . تركب السوستة فى الظهر لغاية أعلى الكول . خيطى الشريط (الحلية) من الداخل ثم اقلبيه ولاحظى ان وضعه يجب أن يكون كالاتى :
يوضع تحت الكول ثم بعد ١١ سم من خياطة الاكتاف وبعد ٩ سم من خياطة الاكمام .

بهذه التمرينات يذوب الشحم

بقية المنشور ص ٣٤

جسمك دورى ببطء الى اليسار بحيث تلمس قدماك أطراف أصابع يدك . عودى بساقيك الى موضعهما الافقى ثم تدحرجى ببطء الى اليمين وهكذا ... كررى التمرين من ١٥ الى ٢٠ مرة .

التمرين الخامس :
استلقى على ظهرك معشد الذراعين على امتداد الجسم خلف الرأس . ارفعى جذعك ثم اثنيه الى الامام مع لمس القدمين باليدين . استلقى على ظهرك ثانية وارفعى ساقيك ثم أنزليهما خلف رأسك بحيث تلمسين بقدميك يديك . كررى هذا التمرين أماما وخلفا مع الحرص على استدارة الظهر .

بنت النيل

مجلة نسائية اجتماعية أدبية
تصدر أول كل شهر
صاحبتها ورئيسة تحريرها
الدكتورة درية شفيق
الادارة
٤٨ شارع قصر النيل ، القاهرة
تليفون ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤

ارسلى
لبنت النيل
ما يعن على بالك من مسائل

مطبعة شركة الاعلانات الشرقية



أزياء

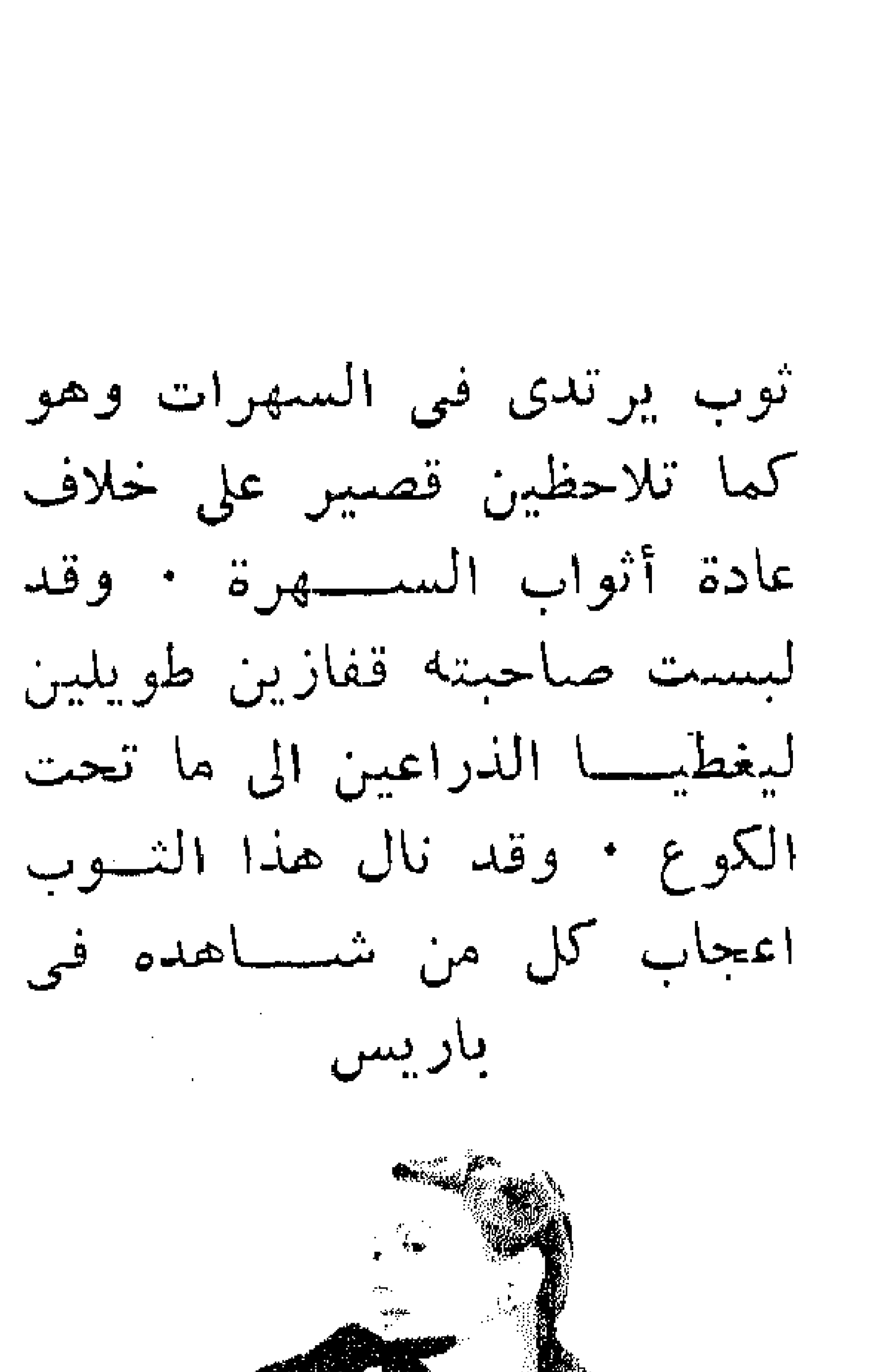
تتبع أثواب السهرة هذا العام قواعد الموضة العامة
وها نحن أولاء ننشر على هذه الصفحة ثلاثة منها
لتعطى فكرة واضحة عن اتجاه الموضة



ثوب للسهرة ابتكار صانع الازياء المعروف شيابارالى وهو من الكريب الاسود • وتقترح بنت النيل أن ترتدى السيدة عليه بوليرو من الفاى الاصفر المحلى بالازهار



وهذا ثوب آخر للسهرة ضيق عند الخصر ويتسع قليلا بعد ذلك • وقد ارتدت صاحبته عليه بوليرو بأكمام طويلة منتفخة تضيق عند المعصم • أما الياقة فتمتاز بالبساطة



ثوب يرتدى فى السهرات وهو كما تلاحظين قصير على خلاف عادة أثواب السهرة • وقد لبست صاحبته قفازين طويلين ليغطيا الذراعين الى ما تحت الكوع • وقد نال هذا الثوب اعجاب كل من شاهده فى باريس





ARDATH
FILTER TIPPED
MADE IN ENGLAND
20 ARDATH FILTER TIPPED
سيجارة
السيدة الأنيقة
أرداث
بفم فلتر
الشركة الشرقية ش.م.م